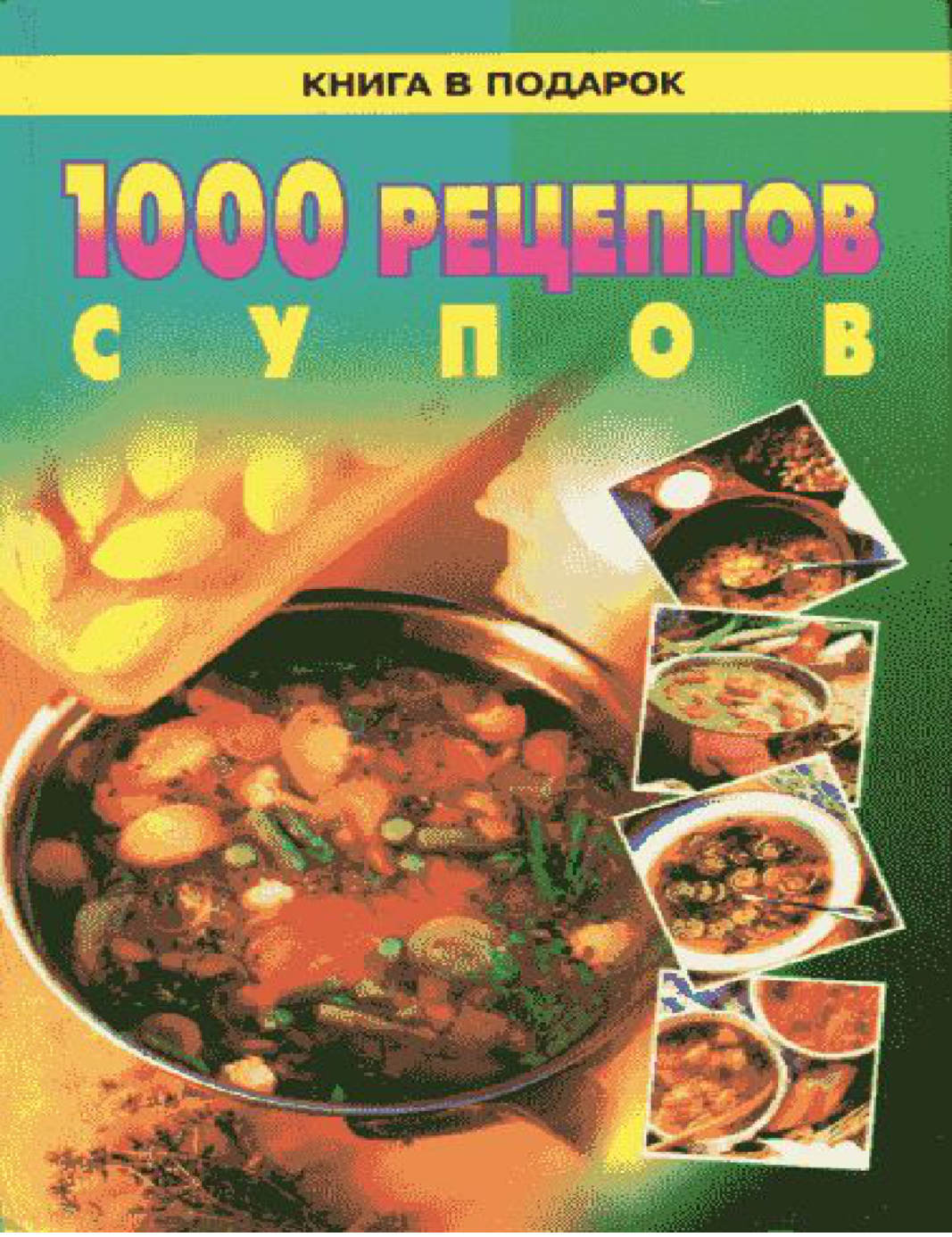
КНИГА В ПОДАРОК

1000 РЕЦЕПТОВ СУПОВ



SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Невозможно представить себе нашу жизнь без супов. Они вкусны, красивы и полезны, их ассортимент практически неисчерпаем. Существуют самые разнообразные супы: горячие и холодные, мясные, рыбные, вегетарианские, из птицы и дичи, из овощей и фруктов, сладкие и соленые, густые и жидкие, супы-пюре и бульоны, супы летние и зимние и т. д. В настоящей книге найдется рецепт супа на любой вкус.

- ТЫСЯЧА РЕЦЕПТОВ СУПОВ
  - ПРОЗРАЧНЫЕ И ЗАПРАВОЧНЫЕ ГОРЯЧИЕ СУПЫ
    - ОСОБЕННОСТИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПРОЗРАЧНЫХ И ЗАПРАВОЧНЫХ СУПОВ
      - Прозрачные супы
      - Заправочные супы
    - МЯСНЫЕ СУПЫ
      -
      - Мясные бульоны и прозрачные супы
        - Мясокостные бульоны
          - Бульон из костей (вариант 1)
          - Бульон из костей (вариант 2)
          - Бульон костный белый
          - Бульон костный желтый
          - Бульон костный коричневый
          - Бульон мясокостный
        - Мясные бульоны
          - Мясной бульон (вариант 1)
          - Мясной бульон (вариант 2)
          - Бульон из говядины
          - Бульон мясной крепкий
          - Консоме из говядины
          - Консоме из костного бульона
          - Прозрачный мясной бульон
          - Бульон мясной прозрачный оттянутый
          - Бульон, осветленный яичным белком
          - Бульон мясной прозрачный неоттянутый
          - Мясной бульон быстрого приготовления
          - Желе мясное

- Прозрачные супы
  - Суп с омлетом (Италия)
  - Суп-эклер (Франция)
  - Суп с гренками и яйцом
  - Суп ризотто
- Мясные заправочные супы
  - Щи мясные
    - Свежие щи
      - Щи свежие по-русски
      - Щи из свежей капусты с помидорами
      - Щи из свежей капусты с томатом-пюре
      - Свежие щи простые
      - Свежие щи с фасолью
      - Свежие щи со сметаной
      - Свежие щи с перловой крупой
      - Летние щи с картофелем
      - Щи летние кислые (из свежей капусты)
      - Щи ленивые с картофелем
      - Щи из капустной рассады
      - Свежие щи с телятиной
      - Свежие щи со свининой и помидорами
      - Щи из савойской капусты
    - Кислые щи
      - Щи из квашеной капусты (кислые)
      - Щи кислые по-русски
      - Щи из квашеной капусты со сметаной
      - Щи из квашеной капусты с картофелем
      - Щи кислые с гренками из гречневой каши
      - Щи суточные
      - Щи суточные с ватрушками или гренками
      - Щи армейские
      - Щи по-уральски

- Щи сборные (петровские)
- Кислые щи со свининой
- Зеленые щи
  - Щи из крапивы
  - Щи из шпината и щавеля
  - Щи зеленые
- Борщи мясные
  - Борщ домашний
  - Борщ с копченостями
  - Борщ с яйцами
  - Борщ с мучной заправкой
  - Борщ с ревенем
  - Борщ русский
  - Борщ московский без картофеля
  - Московский борщ на костном бульоне
  - Московский борщ со свиной грудинкой
  - Московский борщ со свежей и квашеной капустой
  - Сибирский борщ (с фрикадельками)
  - Флотский борщ
  - Борщ флотский острый
  - Галицкий борщ
  - Борщ малороссийский с ватрушками
  - Борщ с картофелем и украинский
  - Украинский борщ с помидорами
  - Украинский борщ со свекольным настоем
  - Украинский борщ с пампушками
  - Киевский борщ
  - Польский борщ
  - Литовский борщ
  - Борщ южный с томатами
  - Борщ с квашеной капустой
  - Борщ из квашеной свеклы
  - Борщ с репой
  - Зеленый борщ

- Свекольник с капустой и крупой
- Свекольник с картофелем
- Свекольник с картофелем и фасолью или горохом
- Свекольник с фасолью
- Рассольники мясные
  - Рассольник с говяжьими почками
  - Рассольник на костном бульоне
  - Московский рассольник
  - Рассольник с мясом и крупой
  - Рассольник с кукурузой
  - Рассольник с телячьей грудинкой и льезоном
  - Рассольник с почками и льезоном
  - Рассольник с жареными пирожками из кислого теста
  - Рассольник и сырные кексы
- Солянки мясные
  - Мясная солянка
  - Мясная солянка с грибами
  - Сборная мясная солянка (вариант 1)
  - Сборная мясная солянка (вариант 2)
  - Солянка мясная сборная без томата
  - Солянка по-старинному
  - Мясная солянка с заварными клецками
- Гороховые и фасолевые супы с мясными продуктами
  - Супы из бобовых с ветчиной
    - Гороховый суп с гренками
    - Суп из сушеного горошка (Бельгия)
    - Французский суп «гарбюр»
  - Супы из бобовых с говядиной
    - Мясной гороховый суп
    - Мясной суп с горохом и

ячневой крупой
- Угро по-таджикски (гороховый суп с лапшой)
- Мясной суп с горохом и фасолью
- Суп из фарша с горохом и фасолью
- Мясной суп из бобов с грудинкой

- Супы из бобовых со свининой
  - Гороховый суп со свининой
  - Гороховый суп с соленой свининой (Швеция)

- Разные мясные супы
  - Супы с говядиной
    - Мясной суп из щавеля с кореньями
    - Щавель на мясном бульоне
    - Мясной суп из крапивы
    - Мясной зеленый суп с картофелем
    - Мясной зеленый суп с крокетами из яиц
    - Мясной суп с клецками и кореньями
    - Мясной суп с картофельными клецками
    - Мясной суп со свежими кореньями и картофелем
    - Суп в горшочке
    - Мясной картофельный суп
    - Мясной картофельный суп с крупой
    - Русский мясной суп
    - Мясной суп с картофелем и перловой крупой
    - Мясной суп с картофелем и рисом
    - Суп из говядины (Австрия)
    - Мясной суп с цветной

капустой
- Суп с голубцами
- Мясной капустный суп по-шотландски
- Суп-сапсо по-корейски
- Суп из брюссельской капусты с мясом
- Морковно-мясной суп с зеленым горошком
- Мясной суп с овощами
- Суп крестьянский с мясом
- Харчо с говяжьей грудинкой
- Суп-гуляш
- Суп-гуляш по-венгерски
- Минестронэ (итальянский овощной суп с мясом)
- Суп из фарша
- Картофельный суп с фрикадельками
- Суп с пельменями из вареного мяса
- Мясной суп с картофелем и вермишелью
- Мясной суп с вермишелью или мелкой макаронной засыпкой и картофелем
- Мясной суп с лапшой и картофелем
- Мясной суп с макаронами и сыром

- Супы с телятиной
  - Суп с телятиной и зеленым горошком
  - Суп с телятиной и томатом
  - Суп русский с телячьей или бараньей грудинкой
  - Суп с телятиной и лимоном
  - Суп с телятиной и овощами (Венгрия)
- Супы со свининой

- Суп со свининой на молочной сыворотке
- Суп из свинины (Таиланд)
- Суп из солонины с овощами
- Супы с бараниной
  - Чесночный суп из баранины
  - Суп из баранины с зеленью
  - Суп из баранины или курицы с шафраном
  - Суп из баранины с картофелем
  - Суп картофельный с бараниной и помидорами
  - Похлебка петровская
  - Суп из баранины с рисом
  - Суп с тефтелями — бозбаш (Азербайджан)
  - Суп-харчо из баранины
  - Суп-харчо по-грузински
  - Суп из бараньих ножек
- Супы на мясном бульоне
  - Суп с цветной капустой и рисом
  - Суп из брокколи
  - Суп картофельный со щавелем
  - Суп картофельный по-крестьянски
  - Кулеш картофельный
  - Суп картофельный с фасолью
  - Суп картофельный с соей
  - Суп картофельный с перловой крупой
  - Суп картофельный с макаронными изделиями
  - Суп с лапшой из картофеля (Румыния)
  - Суп с хлебом по-итальянски
  - Суп овощной (Канада)
- Супы на костном бульоне
  - Суп русский на костном

бульоне
- Суп из свежих огурцов
- Овощной суп по-крестьянски
- Овощной суп с котлетами
- Суп с фрикадельками
- Итальянский суп
- Кенигсбергский суп (Германия)
- Суп с пельменями

- Супы, которые можно варить как на бульоне, так и на воде
  - Щи из свежей капусты с репой
  - Борщ обычный (два способа)
  - Борщ по-старинному
  - Луковый суп по-французски
  - Суп из шпината с крупой
  - Суп из цветной капусты с картофелем
  - Суп из цветной капусты с заправкой и гренками
  - Суп из кабачков с рисом
  - Картофельный суп с помидорами
  - Картофельный суп с капустой
  - Картофельный суп с мясными фрикадельками
  - Картофельный суп с макаронами
  - Картофельный суп с мучными клецками
  - Картофельный суп с манными клецками
  - Суп из сушеных овощей
- Супы из субпродуктов
  - Рассольник московский с почками
  - Солянка из субпродуктов
  - Суп из печенки (Польша)
  - Суп с кнелями из печени
  - Флячки по-варшавски
  - Суп из бычьих хвостов с овощами
  - Суп из свиных субпродуктов
  - Чорба из бараньих желудков
  - Чорба из субпродуктов барашка

- Суп из телячьей головы с фаршированными яйцами
- СУПЫ С ДОМАШНЕЙ ПТИЦЕЙ И ДИЧЬЮ
  - Бульоны из птицы и дичи
    - Куриный бульон
    - Куриный бульон с кореньями
    - Бульон из курицы с потрохами
    - Куриный бульон с затиркой (еврейская кухня)
    - Куриный бульон с рисом
    - Куриный бульон с вермишелью
    - Куриный бульон с мясными фрикадельками
    - Куриный бульон с манными клецками
    - Куриный бульон с клецками из муки и шкварок (еврейская кухня)
    - Бульон с клецками из кур
    - Куриный бульон с мучными клецками
    - Бульон с кнелями
    - Бульон с кнелями и овощами (соломкой)
    - Бульон с кнелями и салатом
    - Бульон с кнелями, кореньями и горошком
    - Бульон прозрачный из курицы, кролика или индейки
    - Бульон из дичи
    - Бульон с рулетом из дичи
    - Бульон с корзиночками из дичи
    - Бульон с сельдереем
  - Заправочные супы с птицей и дичью
    - Щи из свежей капусты на курином бульоне
    - Борщ полтавский с галушками
    - Борщ по-удмуртски
    - Борщ с клецками
    - Борщ с уткой и сосисками
    - Борщ с потрохами
    - Рассольник с курицей, цыплятами или индейкой
    - Рассольник с курицей
    - Рассольник с потрохами домашней

птицы
- Солянка из птицы
- Солянка из домашней птицы и дичи
- Лапша домашняя с курицей
- Суп с лапшой и с потрохами
- Суп картофельный по-молдавски
- Суп из курицы или индейки с рисом
- Суп из курицы с крупой (Ирландия)
- Суп-рагу из курицы
- Суп из птицы с овощами и соленым огурцом
- Овощной суп в горшочке с цыпленком
- Суп из цыпленка с крупой
- Суп из цыпленка с помидорами (Новая Зеландия)
- Суп из цыпленка с ветчиной
- Суп из цыпленка с молоком
- Суп из утки
- Суп из гуся
- Суп из гуся или утки с картофелем и яблоками
- Суп из гуся или утки с квашеной капустой и горохом
- Суп из гуся или утки со свеклой
- Суп из фасоли с копченым гусем или уткой
- Суп гороховый с копченым гусем или уткой
- Суп из гусиных потрохов
- Суп из куриных потрохов
- Суп овощной с потрохами
- Суп с потрохами и домашней лапшой
- Суп охотничий

- СУПЫ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ
  - Рыбные бульоны
    - Рыбный бульон
    - Костный рыбный бульон
    - Бульон из частиковой или красной рыбы
    - Осветленный рыбный бульон
    - Пряный красный бульон из трески
    - Коричневый рыбный бульон
  - Уха

- Уха рядовая из речной рыбы
- Уха рядовая из морской рыбы
- Уха пластовая
- Уха вялая
- Уха сладкая
- Уха опеканная
- Сборная уха
- Уха сборная с красной рыбой
- Уха двойная
- Уха двойная прозрачная
- Уха желтая
- Уха из ершей и окуней
- Уха из налима
- Уха из стерлядей
- Уха стерляжья с печенью налима
- Уха из стерляди или осетрины с шампанским
- Уха из осетровых рыб
- Уха раковая
- Летняя ушица (Финляндия)
- Зимняя ушица (Финляндия)
- Уха рыбацкая натуральная
- Уха рыбацкая с картофелем
- Уха рыбацкая простая
- Уха рыбацкая двойная
- Уха рыбацкая с помидорами
- Уха бурлацкая
- Уха ростовская
- Уха донская
- Уха херсонская
- Уха сборная по-болгарски
- Уха по-сегедски(Венгрия)
- Уха прозрачная по-венгерски
- Уха по-югославски
- Уха по-ирландски
- Уха молочная
- Уха с фрикадельками и картофелем
- Уха с рыбными кнелями
- Уха с фрикадельками из икры

- Заправочные рыбные супы
  - Щи рыбные
    - Щи свежие с рыбой
    - Щи донские с отварной рыбой
    - Щи донские праздничные

- Щи кислые с рыбой
- Щи кислые с рыбой и картофелем
- Щи из квашеной капусты с морской рыбой
- Щи из квашеной капусты с головизной
- Щи из квашеной капусты с хамсой
- Щи из квашеной капусты со снетками и картофелем
- Щи из квашеной капусты с сельдью
- Кислые щи с кальмарами

- Борщи рыбные
  - Борщ с рыбой и фасолью
  - Борщ с тюлькой
  - Борщ с хамсой
  - Борщ с кальмарами
- Рассольники рыбные
  - Рыбный рассольник без крупы
  - Рассольник с мелкой речной рыбой
  - Рыбный рассольник с крупой
  - Рассольник со свежей рыбой и перловой крупой
  - Рассольник с рыбой и мучной пассеровкой
  - Рассольник с рыбными фрикадельками
  - Рассольник с хамсой
  - Рассольник с тюлькой
  - Рассольник с кальмарами
- Солянки рыбные
  - Солянка рыбная с маслинами
  - Солянка донская
  - Солянка рыбная праздничная
  - Солянка из красной рыбы
  - Солянка рыбная сборная
  - Рыбная солянка с добавлением раков
- Супы из деликатесной рыбы
  - Суп картофельный с головизной

- Суп из осетрины по-волжски
- Суп из угря по-немецки

- Разные рыбные супы
  - Картофельный суп с рыбой по-домашнему
  - Рыбный суп со шпинатом
  - Рыбный суп с сельдереем
  - Рыбный суп с луком-пореем
  - Рыбный суп с овощами
  - Рыбный суп с овощами и щавелем
  - Рыбный суп с овощами и фасолью
  - Суп из рыбного филе с помидорами и горячими бутербродами с сыром
  - Рыбный суп с сыром
  - Картофельный суп с рыбными фрикадельками
  - Рыбный суп с фрикадельками
  - Рыбный суп с молоком (Карелия)
  - Суп из скумбрии
  - Суп из ставриды
  - Пряный рыбный суп (Франция)
  - Густой рыбный суп
  - Суп из квашеной капусты с сомом по-венгерски
  - Суп русский с рыбой
  - Рыбацкий суп с пшеном и картофелем
  - Рыбный суп с картофелем и перловой крупой
  - Рыбный суп с вермишелью
  - Суп из тресковой печени и головы
  - Рыбный суп с икрой (Венгрия)
  - Суп из тарамы (Болгария)
- Супы из мелкой рыбы
  - Суп русский с корюшкой (льезоненный)
  - Суп из салаки с картофелем
  - Суп из салаки с картофелем и брюквой

- Картофельный суп с фрикадельками из салаки
- Суп из мойвы
- Суп из мойвы с квашеной капустой
- Суп из хамсы с картофелем
- Суп крестьянский с тюлькой
- Суп овощной с салакой, килькой, хамсой или тюлькой

- Супы из соленой, сушеной, копченой рыбы
  - Картофельный суп с соленой сельдью
  - Овощной суп с соленой сельдью
  - Суп из соленой рыбы
  - Суп из соленой салаки
  - Маймарокка (Карелия)
  - Суп из копченой рыбы
  - Суп из копченой салаки

- Супы из морепродуктов
  - Суп из раков и рыбы
  - Суп раковый
  - Суп с галушками из раков
  - Суп из раков и крокеты с соусом бешамель
  - Суп рисовый с крабами
  - Пикантный суп с креветками
  - Овощной суп с крилем
  - Суп из мидий (Испания)
  - Сборная чорба из рыбы, мидий и раков (Болгария)
  - Картофельный суп с кальмарами
  - Рисовый суп с кальмарами и томатным соком
  - Картофельный суп с фрикадельками из кальмара
  - Картофельный суп с пельменями из кальмара

- ГРИБНЫЕ СУПЫ
  -
  - Супы из свежих грибов
    - Супы на грибном бульоне или воде
      - Бульон из свежих грибов

- Суп из тушеных свежих грибов
- Суп из свежих грибов
- Пестрый суп из свежих грибов
- Суп из лисичек
- Суп из разных грибов
- Суп из свежих грибов с овощами
- Суп из шампиньонов (Бельгия)
- Суп из белых грибов с картофелем
- Суп картофельный со свежими грибами
- Кислый грибной суп
- Чорба из грибов со шпинатом
- Суп овощной с грибами и рисом (Италия)
- Щи свежие с грибами
- Щи свежие с грибами и картофелем
- Щи ленивые с грибами
- Суп из капусты с грибами
- Суп картофельный с грибами и кабачками
- Суп с грибами и тыквой
- Грибной борщ
- Борщ молдавский с белыми грибами
- Летний борщ с грибами
- Грибная солянка со свежими грибами
- Солянка грибная с клецками

- Мясной бульон с грибами
  -
  - Мясной суп с грибами и морковью
  - Суп с грибами и луком
  - Суп картофельный со свежими грибами и помидорами
  - Суп картофельный со свежими грибами и мозгами
  - Суп с грибами и лапшой
  - Суп с грибами и домашней лапшой
  - Суп грибной с молоком

(Италия)
- Суп из цыпленка с грибами (Болгария)
- Суп из курицы с грибами (США)
- Суп из кабачков со свежими грибами
- Грибная солянка
- Грибные супы с рыбой
- Суп картофельный со свежими грибами и салакой
- Суп рыбный с грибами (Болгария)
- Солянка с грибами и рыбой
- Супы из сушеных, соленых, маринованных грибов
- Грибные супы на воде
- Бульон из сушеных грибов
- Грибной бульон с луком
- Грибной бульон с ушками
- Грибной бульон с домашней лапшой
- Бульон грибной с лапшой (старинный рецепт)
- Грибной бульон с фрикадельками
- Грибной бульон с овощами
- Грибной суп с кореньями
- Суп из сушеных грибов и картофеля
- Борщ из сушеных белых грибов и фасоли (Румыния)
- Овощной суп с сушеными грибами (Чехия)
- Суп с грибами, картофелем и перловой крупой
- Суп русский с грибами
- Грибной суп с перловой крупой (Польша)
- Суп овсяный с грибами
- Грибной суп с рисом — сунки апур (Армения)
- Лапша с сушеными грибами
- Грибной суп с макаронами

- Суп из фасоли или гороха грибной с гренками
- Грибной суп с галушками
- Щи кислые с грибами
- Щи из квашеной капусты с грибами и картофелем
- Щи из квашеной капусты с грибами
- Постные щи с грибами
- Грибные кислые суточные щи
- Щи с грибами на подсолнечном масле
- Щи из кислой капусты с грибами по старинному рецепту
- Суп с грибами и свеклой
- Борщ с грибами и свежей капустой вегетарианский
- Борщ волынский с грибами
- Борщ из квашеной капусты с грибами
- Борщ с грибами и квашеной капустой вегетарианский
- Борщ киевский с грибами
- Борщ с грибами и черносливом
- Борщ литовский с ушками
- Борщ на грибном бульоне с грибными ушками (Украина)
- Борщ с грибами и клецками
- Рассольник по-домашнему
- Рассольник грибной
- Рассольник с грибами и щавелем
- Солянка грибная

- Грибные супы с мясом, на мясном или курином бульоне
  - Щи боярские
  - Щи кислые с грибами и свининой
  - Грибной борщ на костном бульоне
  - Суп с грибами и перловой крупой (Армения)
  - Грибная чорба с телятиной

(Молдова)
- Суп со свининой и грибами (Австрия)
- Суп из языка с грибами
- Грибной суп с курицей
- Суп из курицы с грибами и домашней лапшой

- Грибные супы с рыбой
  - Борщ с грибами и кильками в томате
  - Борщ с карасями и грибами
  - Похлебка по-суворовски

- Супы, которые можно варить как из свежих, так и из сушеных грибов
  - Супы на грибном бульоне
    - Грибной суп с клецками
    - Грибной суп с ушками из кислой капусты
    - Грибной суп с овощами
    - Суп с брюссельской капустой на грибном бульоне
    - Свекольник с грибами
    - Борщ с грибами
    - Летний борщ с грибами и картофелем
    - Грибной борщ с черносливом
  - Грибные супы с мясом или на мясном бульоне
    - Грибной суп с крупой
    - Грибной суп с картофелем
    - Суп с телятиной и грибами
    - Грибная солянка с мясом

- ОВОЩНЫЕ СУПЫ НА ВОДЕ, ОВОЩНЫХ БУЛЬОНАХ (ОТВАРАХ)
  -
  - Бульоны из овощей, прозрачные овощные супы
    - Бульон из овощей
    - Бульон из овощей с картофелем
    - Бульон из овощей с брюссельской капустой
    - Бульон из овощей с домашней лапшой
    - Бульон из овощей с профитролями

- Бульон из моркови и зеленого горошка
- Бульон из кореньев с яйцом
- Бульон из кореньев с клецками
- Прозрачный суп из овощей

- Щи вегетарианские
  - Свежие щи вегетарианские
    - Щи из свежей капусты
    - Щи по-польски
    - Свежие щи с макаронами
    - Уральские щи с перловой крупой
  - Кислые щи вегетарианские
    - Щи из квашеной капусты
    - Щи кислые постные
  - Зеленые щи вегетарианские
    - Щи из щавеля
    - Деревенские щи из щавеля
    - Щи из шпината и щавеля с картофелем
    - Зеленые щи из крапивы
    - Зеленые щи с картофелем
    - Зеленые щи с томатом
    - Зеленые щи с кислицей
- Борщи овощные
  - Борщи со свежей капустой
    - Борщ с тушеной свеклой
    - Борщ с вареной свеклой
    - Борщ с тушеными овощами
    - Борщ с простоквашей
    - Борщ с майонезом
    - Крестьянский борщ
    - Борщ с ревенем и фасолью
    - Борщ с кукурузой
    - Борщ полтавский (с галушками)
    - Борщ черниговский (с фасолью)
    - Борщ украинский вегетарианский
    - Борщ с черносливом
    - Ялтинский борщ
    - Постный борщ «Южный»
    - Борщ польский

- Летний борщ
- Борщ из свеклы и крапивы
- Борщок из молодого свекольника
- Борщ зеленый
- Борщи с квашеной капустой
  - Борщ из квашеной капусты
  - Борщ из квашеной капусты с фасолью
- Рассольники, солянки овощные
  - Овощной рассольник
  - Рассольник с фасолью
  - Рассольник с клецками
  - Овощная солянка
- Супы из сухих бобовых
  - Суп из фасоли
  - Суп из фасоли с картофелем
  - Суп из фасоли с крапивой
  - Суп картофельный с фасолью на молоке
  - Суп из фасоли с лапшой
  - Суп с фасолью, картофелем и макаронами
  - Суп из фасоли, зеленого горошка и перловой крупы
  - Суп из красной фасоли
  - Суп из фасоли и бобов с лапшой
  - Суп картофельный с бобовыми
  - Тыквенный суп с бобами или горохом
  - Суп гороховый
  - Гороховый суп с морковью
  - Гороховый суп с перловой крупой
  - Гороховый суп с домашней лапшой
  - Суп из гороха (ведическая кухня)
  - Суп из гороха с помидорами (ведическая кухня)
  - Суп из гороха с овощами (ведическая кухня)
  - Суп из чечевицы
  - Суп из чечевицы с баклажанами
  - Чечевичная похлебка (Армения)
- Зеленые супы
  - Суп из щавеля

- Суп из щавеля и зеленого чеснока
- Суп из шпината
- Суп из шпината с маслинами
- Суп из шпината с макаронами
- Суп из крапивы с яйцом
- Суп из крапивы и риса
- Суп из крапивы по-армянски
- Суп из зелени со снытью
- Суп из листьев лопуха с рисом и картофелем

- Супы из кореньев
  - Суп из петрушки
  - Суп из сельдерея
  - Суп из кореньев со шпинатом
- Луковые супы
  - Суп луковый простой (рецепт Дюма-отца)
  - Луковый суп с яйцами и пряностями
  - Суп из репчатого лука с брынзой
  - Суп из зеленого лука и чеснока
  - Луковый суп с капустой
- Супы из свежих помидоров
  - Суп из помидоров с зеленым горошком
  - Суп из свежих помидоров с капустой
  - Суп томатный с макаронными изделиями
  - Суп из помидоров с рисом
  - Суп томатный с брынзой
- Разные овощные супы
  - Суп с зеленым горошком на молоке или воде
  - Суп из тыквы
  - Суп из свежих огурцов и зеленого горошка
  - Суп из свежих огурцов с тыквой
  - Овощной суп со свежими огурцами
  - Суп из кабачков
  - Суп из кабачков с молоком
  - Суп из кабачков с брынзой
  - Суп из моркови с рисом
  - Морковный суп с кабачками и рисом
  - Суп из моркови и сельдерея
  - Суп из сладкого перца с капустой

- Суп из стручковой фасоли
- Суп с репой
- Суп из каштанов (Франция)
- Суп из ревеня с манными клецками
- Зеленый овощной суп
- Сборный овощной суп
- Овощной суп с рисом
- Овощной суп с рисом и помидорами
- Овощной суп с макаронами
- Вегетарианский суп
- Суп вегетарианский с яйцами
- Крестьянский постный суп
- Суп русский вегетарианский
- Суп русский с пшеном и свежими помидорами
- Молдавский суп из овощей
- Суп молдавский с рисом (зама)
- Суп-жюльен
- Овощной суп по-итальянски
- Весенний суп
- Овощной суп «Лето»
- Зимний суп
- Овощной суп с брынзой
- Картофельная похлебка
- Луковая похлебка

- ЯИЧНЫЕ И СЫРНЫЕ СУПЫ
  - Суп из крутых яиц (Израиль)
  - Зеленый суп с сыром (Голландия)
  - Суп из сыра с толчеными сухарями
  - Пьемонтский суп (Италия)
  - Суп с плавленым сыром
  - Суп из свежих огурцов с плавленым сыром
  - Картофельный суп с плавленым сыром
  - Суп из моркови с плавленым сыром
  - Суп-лапша с плавленым сыром
  - Суп с сыром, молоком и перцем

○ ГОРЯЧИЕ СУПЫ-ПЮРЕ

-
- МЯСНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ
  - Супы-пюре с говядиной, телятиной
    - Мясной суп-пюре
    - Суп-пюре из овощей с гренками
    - Суп-пюре из корнеплодов, картофеля и тыквы

- Картофельный суп-пюре с пирожками
- Суп-пюре из свежих помидоров
- Суп-пюре из томатов и блинчатые пирожки с мозгами
- Суп-пюре из гороха
- Суп-пюре из сушеного зеленого горошка
- Суп-пюре из чечевицы
- Суп-пюре из фасоли или сои
- Суп-пюре из перловой крупы
- Суп-пюре из риса и овсяной крупы

- Супы-пюре из субпродуктов
  - Суп-пюре из печенки
  - Льезонный суп-пюре из печенки
  - Суп-пюре из говяжьей или телячьей печенки
  - Суп-пюре из мозгов

- СУПЫ-ПЮРЕ С ДОМАШНЕЙ ПТИЦЕЙ, ДИЧЬЮ
  - Куриные супы-пюре
    - Суп-пюре из курицы
    - Суп-пюре из свежих огурцов с сырными палочками
    - Суп-пюре из цыпленка и спаржи (Швейцария)
    - Суп-пюре из цыпленка с помидорами и равиоли (Италия)
    - Суп-крем из цыпленка
    - Весенний суп-пюре
    - Суп-пюре из щавеля и шпината на курином бульоне
    - Суп-пюре из зеленого горошка на курином бульоне
    - Суп-пюре на курином бульоне с кнелями
    - Суп-пюре из куриного мяса и зеленого салата
    - Суп-пюре из куриного мяса с рисом (Австрия)
    - Суп-пюре из куриного мяса и овощей (Германия)
    - Суп-пюре из куриной печенки
  - Супы-пюре из разной домашней птицы и дичи

- Суп-пюре из птицы
- Суп-пюре из птицы с каштанами (Франция)
- Суп-пюре из курицы, индейки, кролика
- Суп-пюре из дичи с кореньями
- Суп-пюре из дичи с белым соусом
- Суп-пюре из дичи на мясном бульоне

- СУПЫ-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ
  - Рыбные супы-пюре
    - Суп-пюре из рыбы
    - Суп-пюре из рыбы с кнелями
    - Суп-пюре из рыбы с овощами
    - Рыбный суп-пюре с овощами по-кубински
    - Французский суп-пюре из рыбы
    - Суп-крем из карася или хека
    - Пикантный суп-пюре из рыбы
    - Суп-пюре из салаки
    - Суп-пюре из щуки
  - Супы-пюре из раков, креветок и других морепродуктов
    - Суп-пюре из рыбы и раков
    - Суп-пюре из раков
    - Суп-пюре из консервированных крабов
    - Суп-пюре из омара (Северная Америка)
    - Суп-пюре из омаров и лангустов
    - Суп-пюре из креветок
    - Суп-пюре из креветочной пасты
    - Суп-пюре из креветок, мяса криля или морского гребешка
    - Суп-пюре из креветок или мяса криля с зеленым горошком
- ОВОЩНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ
  - Овощные супы-пюре на бульоне
    - Суп-пюре из картофеля с гренками
    - Суп-пюре из картофеля и лука-порея
    - Суп-пюре из картофеля, моркови и помидоров
    - Суп-пюре из картофеля и фасоли
    - Суп-пюре из картофеля и вермишели
    - Суп-пюре из сельдерея и моркови

- Суп-пюре из цветной капусты с льезоном
- Суп-пюре из савойской капусты
- Суп-пюре из свежих огурцов
- Суп-пюре из свежих помидоров
- Суп-пюре из спаржи на мясном бульоне
- Овощной суп-пюре с твердым сыром
- Суп-пюре из артишоков
- Суп-пюре из каштанов
- Суп-пюре из моркови с рисом
- Суп-пюре из моркови с гренками
- Суп-пюре из моркови и картофеля
- Суп-пюре из моркови на белом соусе
- Суп-пюре из шпината с морковью

- Овощные супы-пюре, которые можно варить и на бульоне, и на воде
  - Суп-пюре из овощей
  - Суп-пюре из картофеля
  - Суп-пюре из картофеля с морковью
  - Суп-пюре из картофеля и щавеля
  - Суп-пюре из картофеля и репы
  - Суп-пюре из картофеля и тыквы
  - Суп-пюре из кольраби и овощей
  - Суп-пюре из цветной капусты
  - Суп-пюре из моркови с зеленым горошком
  - Суп-пюре из моркови и брюквы или репы с рисом
  - Суп-пюре из помидоров с рисом
  - Суп-пюре из зелени петрушки
  - Суп-пюре из сельдерея
  - Зеленый суп-пюре
  - Суп-пюре из шпината
  - Суп-пюре из овощей с яблоками
  - Суп-пюре из фасоли
- Супы-пюре на воде или овощном отваре
  - Картофельный суп-пюре
  - Суп-крем из картофеля
  - Картофельник с маком
  - Суп-пюре из картофеля и помидоров
  - Хлебный суп-пюре с картофелем и помидорами
  - Суп-пюре из картофеля, помидоров и

- шпината
- Суп-пюре из шпината и лука-порея
- Овощной суп-пюре (ведическая кухня)
- Томатный суп-пюре
- Томатный суп-пюре (ведическая кухня)
- Суп-пюре из помидоров и яблок
- Суп-пюре из цветной капусты с гренками
- Вегетарианский суп-пюре из моркови и риса
- Суп-крем из овощей
- Суп-пюре из брюквы
- Вегетарианский суп-пюре из кабачков или тыквы
- Суп-пюре из яблок (острый)
- Суп-крем из крапивы
- Суп-пюре с зеленью
- Суп-пюре из стручкового гороха
- Гороховый суп-пюре с гренками
- Суп-крем из чечевицы
- Суп-пюре из фасоли, гороха или чечевицы
- Суп-крем из фасоли
- Лобио (суп-пюре из красной фасоли) (грузинская кухня)
- Суп-пюре из кукурузы молочно-восковой спелости
- Суп-пюре из консервированной кукурузы

- ГРИБНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ
  - Суп-пюре из свежих грибов
  - Суп-крем из грибов
  - Грибной суп-пюре
  - Суп-пюре из свежих белых грибов или шампиньонов
  - Суп-пюре с грибами на курином бульоне
  - Суп-пюре из креветок с грибами (Франция)
  - Суп-пюре из свежих грибов и раков
  - Суп-пюре из гусиной печенки с куриным мясом и грибами
  - Суп-пюре с кнелями из печенки и грибами (Италия)

- Суп-пюре из фасоли с грибами (Италия)
- Суп-пюре из кольраби с грибами (Норвегия)
- Суп-пюре с морковью, луком-пореем и грибами (Испания)
- Суп-пюре с макаронами, грибами и ветчиной (Греция)

- СУПЫ-ПЮРЕ С ЯИЧНО-МОЛОЧНОЙ ЗАПРАВКОЙ
  - Яично-молочный суп-пюре из картофеля и овощей
  - Яично-молочный суп-пюре из картофеля и лука-порея
  - Яично-молочный суп-пюре из цветной капусты
  - Суп-крем из цветной капусты
  - Суп-пюре из цветной капусты с гренками из яиц
  - Суп-крем из консервированной цветной капусты
  - Суп-пюре из сыра с овощами
  - Суп-крем из тыквы
  - Яично-молочный суп-пюре из разных овощей
  - Суп-пюре из фасоли со сливками
  - Суп-пюре из кабачков и молодой фасоли

- ХОЛОДНЫЕ СУПЫ
  -
  - ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА КВАСЕ
    -
    - Окрошки
      - Окрошки с мясом и дичью
        - Окрошка мясная
        - Окрошка мясная сборная
        - Мясная окрошка с картофелем
        - Мясная окрошка с квашеной капустой
        - Окрошка из дичи и телятины
      - Окрошки с грибами
        - Окрошка грибная с хреном
        - Окрошка грибная с горчицей
        - Окрошка овощная с грибами
        - Грибной квас
      - Овощные окрошки
        - Окрошка овощная с редисом

- Окрошка с картофелем и овощами
- Окрошка весенняя
- Окрошка уральская
- Сельская крошенка
- Окрошка с кукурузой
- Окрошка по-домашнему
- Окрошка из лука

- Окрошки с рыбными продуктами
  - Окрошка с рыбой
  - Окрошка уральская с рыбой
  - Окрошка рыбная с хреном или редькой
  - Окрошка с кальмарами
  - Окрошка с мясом криля

- Рыбные холодники
  - Рыбный холодник по-польски
  - Суп-холодник с консервированной рыбой
  - Холодник с крабами
- Ботвиньи
  - Ботвинья зеленая
  - Ботвинья домашняя
  - Ботвинья простая полная
  - Ботвинья «Весна»
  - Ботвинья из зелени с рыбой
  - Рыбная ботвинья с раковыми шейками
  - Ботвинья с осетриной и раками
- Свекольники
  - Свекольник овощной
  - Свекольник овощной с яблоками
  - Свекольник по-белорусски (холодник)
  - Свекольник «Балтийский»
  - Свекольник весенний
  - Свекольник охлажденный
  - Свекольник густой
  - Суп-холодец

- ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА РАЗЛИЧНЫХ ОТВАРАХ
  - Супы на свекольных отварах
    - Холодный борщ с запеченной свеклой
    - Холодный борщ с вареной свеклой

- Холодный борщ с редисом
- Холодный борщ с редькой
- Холодный борщ на свекольно-морковном отваре
- Холодный борщ из молодой свеклы
- Холодный борщ по-литовски
- Холодный борщ с тушеной свеклой
- Холодный борщ с тмином
- Холодный борщ с рыбой
- Холодный борщ с рыбными консервами
- Холодный свекольник
- Холодный свекольник с мясом
- Холодный овощной суп на свекольном отваре
- Холодный суп со свеклой на мясном бульоне

- Супы на овощных отварах
  - Холодный суп из овощей
  - Холодный суп с капустой
  - Суп из щавеля и свекольной ботвы (старинный рецепт)
  - Холодный щавель со сметаной
  - Холодный суп на отваре из щавеля и шпината
  - Суп из сладкого перца с сыром
  - Холодный томатный суп
- Супы на грибных отварах
  - Холодный грибной суп с мясными продуктами
  - Грибной холодник с отварным мясом
  - Холодный постный суп из сушеных грибов

- ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА ОВОЩНЫХ СОКАХ, НАСТОЯХ
  - Холодный суп на томатном соке
  - Холодный суп с томатным соком и творогом
  - Холодный суп на томатном и свекольном соке (старинный рецепт)
  - Окрошка на настое шиповника
  - Холодный суп из помидоров по-испански
  - Холодный томатно-луковый суп
  - Холодный томатный суп со свежим

- огурцом (Польша)
- ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТАХ
  - Кисломолочные супы с овощами, мясом, рыбой
    - Суп из кефира с овощами и зеленью
    - Суп литовский
    - Суп из сладкого перца с кефиром
    - Суп из кефира с баклажанами или кабачками
    - Кисломолочный суп с овощами
    - Суп из простокваши по-узбекски
    - Кисломолочный суп с редисом
    - Суп из простокваши с огурцами
    - Суп из кефира с капустой и огурцами
    - Суп из простокваши с отварным картофелем и свежими огурцами
    - Суп из простокваши по-армянски
    - Таратор с крутыми яйцами
    - Суп из простокваши по-гречески
    - Мясная окрошка с кефиром по-туркменски
    - Холодный суп из мидий
  - Кисломолочные супы с добавлением круп
    - Холодный пшенник
    - Холодный пестрый суп
    - Крупяно-кисломолочный суп (сарнапур)
    - Суп из простокваши с ячневой крупой по-латышски
- ХОЛОДНЫЕ ОВОЩНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ
  - Суп-крем картофельный холодный
  - Холодный суп-пюре по-испански

○ СЛАДКИЕ СУПЫ

-
- ГОРЯЧИЕ СЛАДКИЕ СУПЫ
  - Фруктовые супы
    - Супы из свежих фруктов
      - Суп из свежих фруктов
      - Суп из свежих фруктов с рисом
      - Апельсиновый или мандариновый суп
      - Суп из апельсинов или мандаринов с вином
      - Суп из апельсинов или

мандаринов с рисом
- Яблочный суп
- Яблочный суп на отваре шиповника
- Яблочный суп с вином
- Сладкий суп из яблок и абрикосов
- Яблочный суп с саго
- Грушевый суп с соком или вином
- Суп из слив со сметаной (старинный рецепт)

- Супы из сушеных фруктов
  - Абрикосовый суп с сухариками
  - Суп из кураги с рисом
  - Анушапур (Армения)
  - Суп из сухофруктов
  - Суп из сухофруктов с гарниром
  - Суп из сухофруктов с клюквенным морсом и вином (старинный рецепт)
  - Суп из чернослива с овсянкой
  - Хлебный суп с сухофруктами

- Ягодные супы
  - Супы из вишни, черешни
    - Суп из вишни с рисом
    - Суп из вишни с лимоном (Россия, старинный рецепт)
    - Суп из вишни с вином (Германия)
    - Суп с вишней и домашней лапшой
    - Суп из вишни с манником
    - Суп из вишни с варениками
    - Суп из вишни с клецками
    - Вишневый суп с молоком
  - Супы из крыжовника, смородины
    - Суп из крыжовника с изюмом и манной крупой
    - Суп из крыжовника с грецкими орехами
    - Суп из черной смородины с макаронной засыпкой
    - Суп из черной смородины с

творожными клецками
- Супы из клубники, малины, черники
  - Суп из клубники или малины
  - Суп из клубники или малины с овсяными хлопьями
  - Суп из малины или клубники с квадратиками
  - Суп из малины с ушками
  - Суп из черники
- Супы из разных ягод
  - Суп из свежих ягод со сливками
  - Ягодный суп с манной крупой
  - Суп из варенья, джема или повидла
- Сладкие овощные супы
  - Суп из ревеня
  - Суп из ревеня, яблок, земляники
  - Суп из ревеня с манными клецками
  - Сладкий морковный суп
  - Морковно-ягодный суп
  - Сладкий томатный суп
  - Сладкий томатный суп с вином
- Разные горячие сладкие супы
  - Суп миндальный с изюмом (старинный рецепт)
  - Суп миндальный с гренками (Испания)
  - Суп винный
  - Суп шоколадный
  - Суп карамельный
  - Суп хлебный медовый
- ХОЛОДНЫЕ СЛАДКИЕ СУПЫ
  - Фруктовые холодные супы
    - Холодный суп из абрикосов (Германия)
    - Холодный суп из абрикосов и яблок
    - Холодный суп из свежих яблок или груш
    - Холодный яблочный суп с лимоном
    - Холодный суп из яблок с белым вином

- Холодный яблочный суп на отваре шиповника
- Холодный суп из шиповника — масрамацун (Армения)
- Овощной суп на яблочном отваре
- Суп из яблок и клюквы
- Суп из персиков и смородины
- Суп из чернослива
- Холодный суп из кураги с рисом
- Холодный суп из сушеных фруктов с макаронами
- Холодный суп из ревеня
- Хлебный суп на фруктовом отваре
- Хлебный суп по-латышски

- Ягодные холодные супы
  - Холодный суп из черники с клецками
  - Суп из смородины или клюквы с манной кашей
  - Холодный суп из малины
  - Холодный суп с вишней или малиной и рисом
  - Холодный суп из крыжовника
  - Холодный суп из крыжовника с молоком или сметаной
  - Холодный суп из клубники с творогом
  - Сладкие супы на простокваше

- СЛАДКИЕ СУПЫ-ПЮРЕ
  - Фруктовые супы-пюре
    - Супы-пюре из свежих фруктов
      - Суп-пюре из абрикосов или персиков
      - Суп-пюре из свежих персиков, абрикосов, слив и черешни
      - Суп-пюре из яблок и слив с рисом
      - Суп-пюре из яблок
      - Хлебный суп-пюре с яблоками
      - Сладкий суп-пюре из тыквы
    - Супы-пюре из сушеных фруктов
      - Суп-пюре из разных сухофруктов
      - Суп-пюре из кураги
      - Суп-пюре из сушеных слив с

ревенем
- Ягодные супы-пюре
  - Суп-пюре из вишни
  - Суп-пюре из вишни или малины с варениками
  - Суп-пюре из черной смородины
  - Суп-пюре из свежих ягод
  - Суп-пюре из свежих ягод и яблок
  - Суп-пюре из черники
- Литература

- notes
  - 1

ТЫСЯЧА РЕЦЕПТОВ СУПОВ
Составитель В. М. Рошаль

ПРОЗРАЧНЫЕ И ЗАПРАВОЧНЫЕ ГОРЯЧИЕ СУПЫ

ОСОБЕННОСТИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПРОЗРАЧНЫХ И ЗАПРАВОЧНЫХ СУПОВ

Прозрачные супы

К этой группе супов относятся совершенно прозрачные, осветленные, а также неосветленные, но достаточно прозрачные мясо-костные и рыбные бульоны с различными гарнирами.

Лучшие мясные бульоны для этих супов получаются из говядины, кур и дичи (особенно из рябчиков, иногда из кролика), так как они содержат большое количество экстрактивных веществ.

Рыбный прозрачный бульон готовят преимущественно из ершей, окуней, судака, стерляди, осетрины и налима.

При изготовлении прозрачных супов необходимо с самого начала обеспечить прозрачность бульона, а мясному придать еще приятную золотистую окраску. Поэтому их варят главным образом из трубчатых сахарных костей. Если же бульон варят из позвоночных костей, то из них обязательно удаляют спинной мозг, который делает бульон мутным.

Для цвета, аромата, прозрачности перед варкой бульона кости говяжьи, телячьи (кроме реберных и позвоночных), а также домашней птицы рекомендуется слегка поджарить без жира (затянуть).

Мясные бульоны для прозрачных супов варят обязательно с репчатым луком и ароматическими кореньями: морковью, петрушкой, сельдереем, пастернаком и другими, а рыбные (уху) — с зеленью петрушки, сельдерея и луком.

Для того чтобы бульону придать золотистый цвет, в него можно опустить целую головку лука вместе с верхней кожицей. Когда бульон сварится, лук необходимо извлечь из него. Бульон будет иметь золотистый цвет, если в него добавить слегка обжаренные лук и коренья.

Для получения крепкого насыщенного прозрачного мясного бульона мясо следует закладывать только в холодную воду и варить сначала на слабом, а затем на среднем огне. При таком способе варки экстрактивные вещества выделяются из мяса постепенно и полностью. Кости надо мелко разрубить. У

трубчатых костей отрубить головку, удалить костный мозг, придающий бульону мутность.

Чтобы бульон был прозрачным, его осветляют (оттягивают), в результате чего бульоны насыщаются экстрактивными веществами. Для осветления 1 л мясного бульона требуется 75 г мяса и 6–7 г яичного белка. Оттяжки повышают концентрацию прозрачных бульонов.

Птицу для бульона следует брать нестарую, достаточно упитанную, но не жирную. Из старых кур и молодых цыплят бульон будет недостаточно прозрачным.

Излишки жира с мяса и птицы можно срезать, перетопить и использовать для жаренья или приготовления паштета, фритюров и других целей.

Рыбный бульон солят до начала варки, мясной и грибной — в конце приготовления.

Бульон должен быть прозрачным, жирным и приятным на вкус. Для того чтобы он получился прозрачным, следует снимать с него пену, как только она образуется. Сняв первую пену, влить в кастрюлю стакан холодной воды: это способствует поднятию на поверхность оставшейся пены. Когда вся пена будет снята, вытереть края кастрюли влажной салфеткой, чтобы не осталось темных подтеков от пены.

Бульон может быть крепким или нормальным.

Консоме — это очень концентрированный бульон. Консоме приготовляется из большого количества говядины, телятины или птицы.

Бульон и консоме строго противопоказаны при болезнях желудка, печени и пр.

Желе — это концентрированный мясной отвар, полученный от варки хрящевых частей, которые содержат много желатина. Хрящевые части молодых животных (теленка, поросенка) содержат значительное количество желатина. Из птицы наибольшее количество желатина содержится в мясе петуха. У прочей птицы (гусей, индюков) желатин содержится только в лапках, крылышках, шее и голове. Можно приготовлять желе низшего качества из одной свиной кожи. Такое желе получается тверже студня, тем более, что в него добавляют листики желатина (рыба тоже содержит желатин).

Желе должно быть твердым, прозрачным и приятным на вкус. Его употребляют мелко нарубленным для украшения различных холодных блюд, или заливают им различные кушанья, например, сваренные вкрутую яйца, паштет из печенки и пр.

Бульон может быть желтым, белым и красным. Желтый бульон служит основой для всех прозрачных супов. Такой бульон

готовят с лапшой, клецками, фрикадельками либо подают без гарнира с пирожками, расстегаями, кулебяками, блинчиками, гренками, картофельными крокетами и т. п., которые укладывают на блюдо, в корзиночки, сухарницы. Белый бульон является основой для заправочных супов: щей, борщей, рассольников, похлебок, а также супов-пюре. Красный бульон используется для приготовления клейких французских супов и соусов.

Прозрачный бульон подают в бульонных чашках без гарнира или в глубокой тарелке, в которую кладут гарнир, после чего наливают прозрачный бульон.

Гарнир — овощи, макаронные изделия, запеченный рис, яйца, клецки, фрикадельки и т. п. — готовят отдельно.

К бульону в чашках подают гренки, пирожки, кулебяки и пироги с рисом, капустой, морковью, мясом, к бульонам с гарнирами — пирожки, к борщику — гренки с сыром. К прозрачной рыбной ухе подают белый хлеб, расстегаи и кулебяки.

Заправочные супы

Заправочными называют супы, в состав которых входят пассерованные овощи (репа, морковь, корни петрушки и сельдерея, репчатый лук), многие из супов заправляют мукой. К заправочным супам относятся традиционные русские блюда: щи, борщи, рассольники, солянки, похлебки и др.

Для приготовления заправочных супов используют бульоны (мясной, костный, мясо-костный, куриный, рыбный, грибной), реже — овощные и крупяные отвары.

Кости в среднем содержат 15–20 % жира, около 11 % белков и 23 % минеральных солей. Чтобы в бульон перешло большее количество питательных веществ, кости желательно дробить как можно мельче и варить при слабом кипении не менее 6–7 часов.

На мясном бульоне приготовляют все супы; на рыбном — щи из квашеной капусты, рассольник, солянку, суп картофельный и суп картофельный с крупой.

Все заправочные супы готовят, как правило, в следующей последовательности. В кипящий процеженный бульон (отвар) постепенно (в зависимости от сроков варки) положить подготовленные продукты. За 20–30 мин до окончания варки заправить пассерованными овощами (морковь, лук). За 5-10 мин до окончания варки ввести специи (перец горошком, лавровый лист), а также пассерованную муку или белый соус, если предусмотрено рецептом.

Для улучшения вкуса за полчаса до снятия с огня борща или супа следует добавить в него немного соленой или замороженной

заправки.

Приготовление соленой заправки. Тщательно очистить, вымыть и обсушить коренья и листья петрушки (сельдерея, пастернака), морковь, лук. Все нарезать или нашинковать на крупной терке, плотно уложить в любую банку, которая будет служить меркой. Трижды наполнить мерку овощами, а на четвертый раз — солью. Все тщательно перемешать. Для приготовления 1 кг смей требуется 600 г моркови, 150 г кореньев и листьев петрушки (сельдерея, пастернака) и 250 г соли или 1 кг укропа и 150 г соли. Овощи плотно уложить в сухую стеклянную банку, закрыть чистой бумагой, затем консервной крышкой, завязать, поставить в прохладное место. Масса может храниться очень долго.

Приготовление замороженной заправки: зелень петрушки, сельдерея, укроп, помидоры, сладкий перец нарезать, перемешать, положить в полиэтиленовые; мешок, заморозить в холодильнике. Масса в замороженном виде может храниться долго.

Во многие заправочные супы кладут томат-пюре, а в сезон — свежие помидоры. Не кладут томат в рассольник, зеленые щи и супы со щавелем, шпинатом.

Картофель и свежую капусту при варке супа закладывают в сыром виде; коренья (морковь, петрушку, сельдерей, пастернак) и лук предварительно поджаривают (пассеруют), а свеклу и квашеную капусту тушат.

Коренья и лук нельзя закладывать сырыми потому, что во время варки из них легко улетучиваются с водяным паром ароматические и вкусовые вещества. Чтобы удержать их, нарезанные коренья и лук кладут на разогретую с небольшим количеством жира сковороду, хорошо перемешивают и слегка поджаривают до образования светлой пленки, но не допуская появления на них темной окраски. Выделяющиеся из кореньев и лука ароматические вещества поглощаются жиром, из которого они выделяются медленно и постепенно. Благодаря этому суп после введения в него кореньев и лука, поджаренных этим способом, приобретает присущий им аромат и долго его сохраняет.

Морковь, кроме того, окрашивает жир в оранжевый цвет. Окраска жира получается более яркой, если его прогреть с томатом-пюре. Блестки окрашенного жира на поверхности супа придают ему привлекательный вид.

Чем мельче и тоньше нарезаны овощи, особенно морковь, тем легче при пассеровании извлекаются из них жиром ароматические и красящие вещества. Для некоторых супов

(гороховый) лук пассеруют отдельно от других овощей, так, чтобы цвет его почти не изменился.

Овощи пассеруют на сковороде, в сотейнике или кастрюле. В растопленный жир кладут лук и, немного запассеровав, добавляют морковь и остальные овощи.

Слой овощей не должен превышать 30 мм, иначе они получаются пареными.

При одновременном пассеровании лука, моркови, петрушки, сельдерея и томата-пюре надо сначала пассеровать лук (2–5 мин), затем морковь, петрушку, сельдерей (8-10 мин). Томат-пюре добавить перед окончанием пассерования овощей и после этого продолжать пассерование еще 10–15 мин.

Нельзя класть томат-пюре в сырые овощи, так как они не приобретут вкуса и аромата пассерованных овощей. Кроме того, от кислоты сырые овощи делаются жесткими и их нужно пассеровать дольше.

При обработке большого количества овощей лук и томат-пюре пассеруют отдельно ог корнеплодов.

Для мясных заправочных супов овощи и муку можно обжаривать на очищенном жире, снятом при варке бульона, или на топленом масле и на кухонных жирах.

Очистка жира производится следующим образом. Кастрюлю со снятым с бульона жиром ставят на плиту и кипятят до полного выпаривания воды и совершенной прозрачности жира. Затем очищенный жир слегка охлаждают и используют.

Для супов рыбных, на грибном отваре и на воде (вегетарианских) овощи и муку обжаривают на масле (сливочном, топленом, подсолнечном) или на кухонных жирах.

Для улучшения вкуса и аромата в суп кладут немного перца, лавровый лист, а в некоторые супы — мучную заправку.

Мучную заправку приготовляют так: в кастрюлю положить масло (на ложку муки — ложку масла), всыпать просеянную муку, размешать и поджарить ее в течение 5-10 мин, непрерывно помешивая ложкой и не давая подрумяниться. При поджаривании муки из нее улетучивается влага, а вместе с ней и вещества, сообщающие сырой муке специфический запах и вкус. Поджаренную муку затем развести бульоном и влить в суп (за 10–15 мин до окончания варки).

В некоторых случаях, например, при варке зеленых щей, муку можно поджаривать вместе с кореньями.

Свеклу для борща тушат для того, чтобы сохранить ее цвет. Если свеклу закладывать сырой, то при длительной варке в большом количестве бульона или воды окраска ее изменяется; при тушении же свекла доводится почти до готовности с малым

количеством воды, что и предохраняет ее от обесцвечивания. Этому способствует также добавление уксуса.

Вместо тушения целые неочищенные, но хорошо вымытые корни свеклы можно испечь или отварить в небольшом количестве воды, а затем очистить, нарезать и положить в борщ.

Предварительное тушение квашеной капусты для щей улучшает ее вкусовые качества.

Крупы (кроме гречневой и манной), горох и фасоль перед закладкой в бульон перебирают и тщательно промывают. Для более быстрого разваривания перловую крупу и бобовые (горох, фасоль, чечевицу) следует замочить: перловую — на 2–3 часа, бобовые — на 4–6 часов. Лущеный (половинчатый) горох замачивать не следует.

Суп с перловой крупой иногда приобретает неприятный синеватый оттенок; во избежание этого перловую крупу рекомендуется закладывать не в сыром виде, а предварительно отварив ее отдельно почти до готовности.

Для лучшего сохранения в овощах витамина С их следует закладывать в кипящий бульон (воду) и варить при слабом кипении. Погружение овощей в холодную жидкость и постепенное нагревание влечет за собой сильное разрушение витамина С. По этой же причине нельзя допускать и переваривания овощей.

Чтобы суп получился вкусным и сохранил максимум витаминов, необходимо тщательно соблюдать сроки варки продуктов, а значит, и определенную последовательность, в какой их опускают в кастрюлю. Так, например, при варке борща на мясокостном бульоне продукты обрабатывают и закладывают в таком порядке: кости, мясо, свекла, свежая капуста, картофель. Обжаренные лук, коренья, томат-пюре, лавровый лист, душистый перец горошком кладут за 15–20 мин до конца варки супа.

При варке супов, в состав которых входят картофель, квашеная капуста, соленые огурцы, уксус, щавель или томат, сначала (минут на 10 раньше) опускают картофель, так как иначе картофель плохо разварится и приобретет неприятный привкус.

Подготовленные продукты опускают в кастрюлю, когда вода закипела, затем, помешав, доводят содержимое кастрюли до кипения на сильном огне, после чего огонь до предела уменьшают. Бурное кипение плохо влияет на качество супа.

Специи и соль кладут в суп, как правило, незадолго до окончания варки.

Зелень петрушки и сельдерея не изменит цвет и украсит блюдо, если их положить в суп перед тем, как снять его с огня.

Для супов овощи нарезают так, чтобы форма кусочков отдельных видов овощей соответствовала форме других частей

гарнира. Так, например, в крупяные супы овощи нарезают мелкими кубиками, а в супы с вермишелью — соломкой. Когда капуста нарезана в форме квадратов, то остальные овощи должны быть нарезаны в виде кружочков или ломтиков, если же капуста нашинкована, то остальные овощи лучше нарезать соломкой. При этом следует помнить, что мелко нарезанные овощи варятся быстрее крупных.

В овощные супы для улучшения их вкуса и питательной ценности рекомендуется добавлять сливки, сметану или простоквашу. Сметану можно положить непосредственно в тарелку с супом или подать отдельно.

Готовые супы хорошо посыпать мелко нарезанной свежей зеленью петрушки, укропом, зеленым луком. Это улучшает вкус, внешний вид супов и обогащает их витамином С.

Овощные супы приготовляются незадолго до их употребления, так как при хранении в них быстро разрушается витамин С. Так, после трехчасового хранения в горячем состоянии щей или картофельного супа в них остается только половина того количества витамина С, которое было в момент окончания варки.

По этой же причине не следует варить суп на два дня. Целесообразно варить на два дня только бульон, на котором затем ежедневно готовить свежий суп. Помимо сохранения витаминной ценности супов это обеспечивает лучшие вкусовые качества блюда и разнообразие питания Если бульон сварен на два дня, половину его надо отлить в отдельную посуду (фаянсовую или эмалированную), покрыть марлей и поставить в прохладное место на деревянную или металлическую подставку. Когда из бульона перестанет выделяться пар, марлю снять и накрыть посуду крышкой.

Консервы мясные и рыбные целесообразно использовать при приготовлении супов взамен свежего мяса и рыбы в тех случаях, когда суп надо быстро приготовить или когда свежее мясо и рыбу трудно сохранить. Суп варят на воде до готовности, а затем кладут консервы и дают супу прокипеть.

К заправочным супам подают черный и белый хлеб или различные пирожки из дрожжевого, дрожжевого слоеного и пресного слоеного теста с мясом, капустой или рисом. К борщам и щам из свежей капусты, кроме того, можно подать ватрушки с творогом, а к щам из квашеной капусты — рассыпчатую гречневую кашу или гренки из вязкой гречневой каши.

МЯСНЫЕ СУПЫ

Мясные супы варят из мяса и костей любых животных. Для супа выбирают обычно куски с косточкой и прожилками, богатые соединительной тканью: шею, лопатку, грудинку, голяшки, кости, мясо старой птицы и т. п. Из замороженного мяса получается мутный бульон, который требует последующей оттяжки (осветления). Солонину перед варкой вымачивают.

Свежее мясо промывают холодной водой, разрезают на куски, кости пилят или разрубают на более мелкие части. Мясо кладут в холодную воду и по возможности быстро доводят до кипения, пену снимают. До начала кипения кастрюлю лучше не накрывать крышкой, чтобы не пропустить момент образования пены. Прокипевшую пену удалять труднее, лучше процедить бульон через двойной слой марли или сделать оттяжку. Бульон варят на медленном огне так, чтобы он едва кипел.

Время варки зависит от сорта и вида мяса, возраста и упитанности животного. Говядину обычно варят 2–3,5 часа, телятину 1–1,5 часа, свинину 1,5–2 часа, курицу и кролика 1,5–2 часа, бройлеру достаточно вариться 25–35 мин.

В процессе варки с поверхности бульона следует снимать жир, который придает супу неприятный вкус. Снятый жир можно использовать для пассерования (обжаривания) кореньев — петрушки, сельдерея, лука, моркови.

Коренья кладут в суп за 30 мин до окончания варки. Тогда же добавляют остальные компоненты и соль. Если положить соль слишком рано, обильнее будет пена: в мясе много белковых веществ, которые в пресной воде не растворяются. Таким образом, если соль положить рано, увеличатся потери питательных веществ.

Пряности кладут в суп за 10–15 мин до конца варки. От длительного кипения их аромат ухудшается. Свежую зелень добавляют в суп перед подачей к столу, сушеную — за 5-10 мин до окончания варки.

В пищу употребляется только мясо здоровых животных. Оно должно быть свежим.

Чтобы избежать употребления несвежего мяса, необходимо иметь в виду следующее:

свежее мясо отличается красной, красно-коричневатой или сероватой окраской как на поверхности, так и в разрезе;

свежее мясо должно иметь нормальный запах, характерный для соответствующего животного;

ямка, образующаяся при надавливании пальцем на волокна доброкачественного мяса, быстро выравнивается;

кости имеют запах мяса;

костяной мозг пристает к кости и не должен быть жидким;

верхний слой свежего мяса чистый и сухой;

жир твердый, желтовато-белой окраски.

Мороженое мясо обладает теми же питательными качествами, что и свежее. Перед приготовлением его следует разморозить. Размораживать мясо следует, положив его в открытой посуде на 3–4 часа в холодном и защищенном от пыли помещении. Нельзя размораживать мясо в теплой воде.

Так как в состав мяса не входят некоторые минеральные соли (кальций, натрий), целлюлоза и некоторые витамины, готовить мясные блюда рекомендуется в сочетании с овощами, богатыми витаминами, целлюлозой и минеральными солями.

Мясные бульоны и прозрачные супы

Мясокостные бульоны

Бульон из костей (вариант 1)

500 г мясных костей, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, соль, 2,5–3 л воды.

Бульон из костей варят в том случае, когда из мякоти хотят приготовить второе блюдо (котлеты, гуляш и пр.). Чтобы кости лучше и быстрее выварились, их нужно разрубить помельче.

Промытые и разрубленные кости положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить.

Бульон из костей варят так же, как и из мяса, т. е. при слабом кипении и периодически снимая с бульона жир. Время варки бульона костей от 2,5 до 3 часов. Чтобы придать бульону лучший вкус, следует за час до окончания варки положить в бульон очищенные коренья, лук, а также соль. Готовый бульон процедить.

Бульон из костей по своим питательным и вкусовым качествам уступает мясному бульону, так как, в отличие от мяса, кости не содержат экстрактивных веществ. При варке из костей переходят в бульон главным образом клеевые вещества и жир, поэтому ею рекомендуется использовать главным образом для приготовления картофельных супов.

Бульон из костей (вариант 2)

600-800 г костей говядины, свинины, телятины или птицы, 100–120 г кореньев, перец, соль, 2 л воды.

Бульон можно варить из костей одного или нескольких видов мяса. Чтобы цвет получился красивее, часть костей перед варкой подрумянить в духовке совсем без жира или чуть смазав жиром. Продолжительность варки зависит от вида костей: говяжьи надо варить 3–4 часа, для других достаточно 2–3 часов.

Бульон костный белый

1 кг говяжьих костей, 50 г кореньев (моркови, петрушкиу сельдерея), 30 г репчатого лука, соль по вкусу, 3–4 л воды (выход бульона — 2,5–3 л).

Говяжьи кости мелко нарубить, положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить на сильный огонь. Когда вода закипит, огонь убавить и варить бульон при слабом кипении, снимая белковую пену (накипь) и жир. Через 3–4 часа в бульон положить обрезки кореньев и репчатый лук, а также соль и варить еще 1–2 часа. Готовый бульон процедить через салфетку, марлю или сито.

Кости можно снова залить водой и выварить, но второй бульон будет слегка мутным и менее ароматным. Его используют иногда для пюреобразных супов, но чаще для соусов (сметанного, томатного и т. п.), тушения мясных изделий и птицы.

Так же варят бульоны из телячьих, бараньих, свиных костей и птицы. Общий срок их варки сокращается до 4–5 часов, а из костей кролика и курицы — до 3–4 часов.

Бульон костный желтый

1 кг говяжьих костей, 80 г кореньев (моркови, сельдерея, петрушки), 40 г репчатого лука, соль по вкусу, 2,5–3 л воды.

Говяжьи трубчатые кости вымыть, разрубить и удалить из них костный мозг. Затем уложить их на сковороду или противень, поставить в духовку и, изредка перемешивая, хорошо обжарить, не допуская подгорания. Обжаренные кости переложить в кастрюлю с горячей, чуть подсоленной водой, довести до

кипения, снять накипь и жир и варить при очень слабом кипении 6–7 часов, изредка снимая жир. За 1,5–2 часа до конца варки обжарить (можно без жира) репчатый лук, коренья и положить их в бульон. Готовый бульон процедить.

Бульон костный коричневый

600-800 г костей, 1/2 луковицы, 30–40 г моркови, корня петрушки или сельдерея, 4–6 горошин черного перца, соль.

Кости можно использовать любые — говяжьи, свиные, телячьи, бараньи, кроличьи, домашней птицы или дичи. У диких птиц лучше не брать позвоночной кости: содержащаяся в ней жидкость делает бульон мутным.

Кости разрубить на небольшие куски (по 5–7 см длиной) и время от времени помешивая, подрумянить на сковороде всухую в духовке или на плите. Оптимальная температура для духовки при этом 160–170 °С. Когда кости начнут подрумяниваться, к ним можно добавить мелко нарезанные коренья.

Равномерно подрумяненные кости и коренья сложить в кастрюлю и залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне 8-10 часов, снимая время от времени с поверхности жир (если его оставить, он даст неприятный привкус). Соль добавить за 1–1,5 часа до окончания варки. Тогда же можно положить нарезанные свежие коренья и зелень.

Готовый бульон отличается темно-коричневым цветом и сильным вкусом. Его рекомендуется процедить через двойной слой марли.

Коричневым бульоном заправляют супы, рагу и соусы. Для самостоятельного блюда он обладает слишком сильным вкусом и темным цветом.

Можно сварить и концентрированный коричневый бульон. Для этого на 1 кг костей нужно взять 1–1,25 л воды (чтобы получить 1 л готового бульона) и много кореньев (по 50–60 г каждого вида). Концентрированный бульон разводят перед употреблением кипяченой водой или добавляют в супы и рагу для улучшения их вкуса.

Бульон мясокостный

1 кг мяса с костью, 60 г кореньев (моркови, петрушки, сельдерея), 30 г репчатого лука, соль по вкусу, 4–4,5 л воды.

Мясо (шея, грудинка, покромка, пашинка и т. п.) вымыть, срезать с него клеймо и отделить от костей. Кости нарубить, положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Через 3–4 часа к ним добавить мясо и варить еще 1,5–2 часа. Затем положить коренья, репчатый лук, соль и варить до готовности мяса (1–1,5 часа). Готовое мясо вынуть, бульон процедить.

Доливать бульон водой не рекомендуется. При необходимости следует добавлять только горячую воду и не позднее чем за час до конца варки. Вареное мясо можно подать в супе или использовать для ужинов, завтраков и приготовления вторых блюд.

Мясные бульоны

Мясной бульон (вариант 1)

1 кг говядины с костями, 1–2 моркови, 1/4-1/2 корня сельдерея, 2–3 корня петрушки, 1 небольшой корень пастернака, 1 головка репчатого лука, 10–15 горошин черного перца, соль, 2 л воды.

Для приготовления прозрачного бульона используют говядину — внутреннюю часть задней ноги, соблюдая следующее соотношение: 2/3 мяса, 1/3 костей и немного жира. Наиболее подходящими являются трубчатый кости. На порцию супа обычно берут 200 г мяса и костей.

Кости разрубить на несколько частей, а мясо промыть в холодной воде и нарезать крупными кусками (1 кг мяса разрезать на 2–3 куска). Кости сложить в кастрюлю, залить холодной водой (по 400 мл воды на порцию), поставить на сильный огонь и довести до кипения. Затем положить мясо и снова довести до кипения. Как только бульон вторично закипит, образовавшуюся на поверхности пену снять шумовкой.

Бульон посолить и продолжать варить — при медленном кипении — в течение 2,5–3 часов. Через 2 часа прибавить черный перец, морковь, сельдерей, петрушку, пастернак и головку репчатого лука. Коренья предварительно промыть, очистить и

разрезать пополам или положить целиком. Лук можно разрезать поперек на 2 части и слегка испечь до подрумянивания на поверхности плиты. Очень приятный вкус придают бульону зеленые стебли лука-порея, ботва сельдерея и зелень петрушки. Обычно их закладывают в бульон вместе с кореньями.

После прибавления кореньев кастрюлю накрыть крышкой и варить мясо до мягкости на слабом огне. За этот промежуток времени необходимо еще 2–3 раза снять пену шумовкой. Готовому бульону дать отстояться (10–15 мин), а затем процедить его через частое сито.

Мясной бульон (вариант 2)

1,5 кг говядины, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень пастернака, 1/2 корня сельдерея, белокочанная капуста, соль.

Чтобы приготовить вкусный бульон, рекомендуется использовать: жирную грудинку; кострец или огузок; подбедерок с мозговой или сахарной костью.

Мясо обмыть, удалить пленки, положить в кастрюлю и залить холодной водой. Варить сначала на слабом, потом на среднем огне. При таком способе варки экстрактивные вещества выделяются из мяса постепенно и полностью. Когда вода закипит, посолить. Вода должна покрывать мясо на ладонь. Если бульон выкипит, когда мясо еще не готово, добавить кипяток.

Бульон должен быть совершенно прозрачным. Для этого следует снимать пену, как только она образуется.

Сняв первую пену, влить в кастрюлю стакан холодной воды, это способствует поднятию оставшейся пены. Когда вся пена будет снята, вытереть края кастрюли влажной салфеткой.

Когда мясо сварится до полуготовности, положить коренья. Лук класть сырым, целыми головками.

Мясо старого животного варится дольше, чем молодого.

Варить мясо в закрытой кастрюле, на среднем огне, избегая бурного кипения. Если коренья готовы, а мясо еще не сварилось, следует их вынуть и держать в закрытой посуде.

Когда мясо будет готово, вынуть его из кастрюли, влить в бульон несколько ложек холодной воды, благодаря чему он станет более прозрачным, и оставить его на некоторое время в той же посуде. Затем процедить в другую кастрюлю и снова поставить на огонь. Когда бульон закипит, положить в него

галушки, лапшу, рис и другие добавления.

Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и подавать к столу горячим.

Бульон из говядины

600-800 г говядины с костями, по 20–30 г репчатого лука, моркови, корня петрушки или сельдерея, 4 горошины черного перца, соль, 2 л воды.

Нарезанное мясо положить в холодную воду и поставить на 20–30 мин в прохладное место, чтобы начал выделяться мясной сок. Не накрывая крышкой, довести до кипения, снять пену, варить под крышкой на медленном огне 3–4 часа.

Через 2 часа после начала варки положить нарезанные ломтиками коренья. Чтобы бульон получился коричневого цвета, часть кореньев можно предварительно подрумянить без жира.

Кроме перечисленных продуктов в бульон, при желании, можно положить лук-порей, пастернак, брюкву, чеснок и т. п. В конец варки добавить соль.

Готовый бульон процедить через мелкое сито или марлю. Вареное мясо можно подать как самостоятельное блюдо или использовать в качестве начинки для пирожков.

Прозрачный бульон подавать к столу в чашках. В бульон можно положить отдельно сваренные рис, клецки, фрикадельки, либо предложить к нему пирожки, печенье, бутерброды и пр.

Бульон мясной крепкий

2 кг говядины (огузок), 1 мозговая кость, 3 ножки молочного теленка, 3 белка, 1 морковь, 1 корень пастернака, 1/2 корня сельдерея, 2–3 головки репчатого лука, соль, 6 л воды.

Крепкий мясной бульон готовят так же, как обыкновенный бульон, с той лишь разницей, что в него идет больше мяса и варится он дольше (5–6 часов).

Варить в закрытой кастрюле на слабом огне. Вода должна выкипеть приблизительно на три четверти. Когда бульон будет готов, вынуть мясо и коренья, а бульону дать остыть. Сняв

загустевший жир ложкой, произвести оттягивание (осветление) бульона белком (см. ниже рецепт «Бульон, осветленный яичным белком»).

Подавать горячим, с пирожками.

Крепкий бульон вкуснее, если часть говядины заменить куриным мясом.

Консоме из говядины

2 кг говядины, 1 мозговая кость, 1 кг телятины, 1 курица, коренья, 3 яичных белка, 2 головки репчатого лука, соль, 6 л воды.

Приготовляется так же, как крепкий мясной бульон (см. предыдущий рецепт). Оттягивается консоме белком (см. ниже рецепт «Бульон, осветленный яичным белком»).

Консоме из костного бульона

250 г постного фарша, 1/4 головки репчатого лука, 1/4 лука-порея, 1/4 моркови, кусочек корня петрушки или сельдерея, 1 яичный белок вместе со скорлупой, соль, 1 л охлажденного бульона из костей.

Холодный бульон размешать с фаршем, шинкованными кореньями, измельченной яичной скорлупой, взболтанным белком и поставить на холод на 1–2 часа. Смесь медленно довести до кипения и варить на слабом огне 1 час, затем процедить через двойной слой марли. Посолить.

На стол подавать в чашках или тарелках с различными добавками: отдельно сваренным рисом, макаронами, лапшой, вермишелью, грибами, маленькими кубиками мяса, нарезанными кубиками или брусочками вареными овощами, фрикадельками, клецками или нарезанными на кусочки блинчиками. В бульон можно положить несколько добавок одновременно: грибы и рис, овощи с мясом и лапшой или вермишелью, фрикадельки с овощам и грибами и т. д. К бульону можно подать также пирожки, соленое печенье, бутерброды.

Прозрачный мясной бульон

500 г мяса, 1 морковь, 1 корешок петрушки или ломтик сельдерея и лука, 1,5–2 л воды.

Для приготовления прозрачного мясного бульона берут мясо первого сорта, например кострец или огузок. Промытое мясо положить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть крышкой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять с поверхности пену. Через 1–1,5 часа положить коренья и лук. Для придания бульону большего аромата и золотистой окраски часть кореньев — половину моркови, петрушки и луковицы — поджарить без масла (с одной стороны) на разогретой чугунной сковороде, затем положить их в бульон, одновременно посолив его.

Продолжительность варки прозрачного бульона — от 2 до 2,5 часов. Готовое мясо вынуть и использовать для приготовления второго блюда. После того как бульон отстоится, снять сверху жир и процедить бульон через частое сито или салфетку.

Для получения еще более крепкого и совершенно прозрачного бульона дополнительно нужно произвести так называемое оттягивание (осветление). Для приготовления оттяжки взять 300 г мяса, пропустить через мясорубку, положить в отдельную кастрюлю, добавить яичный белок, стакан бульона, перемешать и в таком виде оставить на 20–30 мин в холодном месте. Затем все это влить в горячий бульон, закрыть крышкой, поставить на огонь и при слабом кипении продолжать варку в течение 30–40 минут. Когда оттяжка свернется и осядет на дно, бульон осторожно процедить. Готовый прозрачный бульон можно подать с гренками, пирожками, кукурузными хлопьями или использовать для приготовления прозрачных супов. Из оставшегося при оттягивании мяса можно приготовить фарш для запеканки и др.

Бульон мясной прозрачный оттянутый

1 кг говяжьих костей, 200–300 г мякоти мяса (3-го сорта, без жира), 1 яйцо, 80-100 г кореньев (петрушки, моркови, селбдерея), 40 г репчатого лука, соль по вкусу, 2,5–3 л воды.

Сварить желтый костный бульон (см. выше). Часа за 2 до

конца варки бульона приготовить мясную оттяжку. Для этого нежирную мякоть говядины 3-го сорта (шея, рулька, голяшка, подбедерок, нижняя часть лопатки и т. п.) пропустить через мелкую решетку мясорубки. Промолотое мясо положить в кастрюлю, залить холодной водой (ее брать примерно в 3 раза больше, чем мяса), все хорошо размешать и поставить в холодное место на 1,5–2 часа. Растереть (но не взбивать) сырой яичный белок, развести его водой, в которой настаивалось мясо, влить оттяжку и хорошо размешать ее.

Готовый бульон процедить и остудить до 65–70 °С. Затем примерно третью часть его постепенно вливать в оттяжку, все время мешая ее. В оставшийся бульон, помешивая его, ввести разведенную оттяжку, немного посолить и положить поджаренный репчатый лук, морковь и сельдерей. После этого бульон, помешивая от дна, нагревать (без кипения) до тех пор, пока не исчезнет розовый цвет мяса и бульона и не появятся крупные белковые сгустки. Прекратив помешивание, довести бульон до чуть заметного кипения и варить 60–75 мин на слабом огне.

Готовый бульон посолить по вкусу, процедить через очень частое сито или салфетку и подавать к столу в тарелках, мисках или больших чайных чашках.

Летом бульон можно подавать охлажденным, в виде желе. В этом случае при варке и с готового горячего бульона необходимо снять весь жир.

К прозрачному бульону подают белый хлеб, гренки, пирожки.

Вываривееся мясо оттяжки можно использовать для приготовления различных фаршей для пирогов, пирожков, картофельных и мучных запеканок, рулетов или добавлять в мясную рубку.

Бульон, осветленный яичным белком

1 яичный белок (можно взять половину), 100 г фарша, 2 л бульона.

Если бульон недостаточно прозрачен, его нужно осветлить. Для этого остудить бульон до температуры 60 °С или ниже; яичный белок взболтать (но не взбивать); фарш смешать с небольшим количеством холодной воды и поставить в холодное место на 1 час, затем соединить со взболтанным белком. Белок либо смесь белка с фаршем положить в охлажденный бульон и

довести бульон до кипения, после чего поставить на край плиты и удалить пену, процедить через ткань или сложенную в несколько слоев марлю.

Бульон мясной прозрачный неоттянутый

1 кг говяжьих костей, 300–400 г мякоти мяса, 80-100 г кореньев (моркови, сельдерея, петрушки), 40 г репчатого лука, соль по вкусу, 2,5–3 л воды.

Поставить варить желтый костный бульон (см. выше). Через 4 часа влить в него холодную воду (примерно 1/3 количества бульона) и положить обработанную говядину одним или двумя кусками. На слабом огне довести бульон до легкого кипения, снять накипь и продолжать варить. Через 1,5–2 часа в него положить нарезанные и обжаренные без жира коренья и репчатый лук и варить еще 1–2 часа, изредка снимая жир и накипь, до готовности мяса. Сварившееся мясо вынуть и использовать для приготовления второго блюда. Бульон посолить по вкусу и процедить.

Мясной бульон быстрого приготовления

500 г мяса, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки или ломтик сельдерея, 1,5–2 л воды.

Мясо 3-го или 4-го сорта промыть, мякоть срезать, пропустить через мясорубку, кости разрубить. Все положить в кастрюлю, залить холодной водой и в таком виде оставить на 20–30 минут, а затем, не меняя воды, поставить варить. Добавить в начале варки очищенные и разрезанные коренья, часть которых предварительно поджарить без масла на сковороде. Через 20 мин после начала варки положить соль. Бульон варить при слабом кипении 30–40 минут, потом процедить и использовать как обычный мясной бульон. Отварное мясо может пойти на фарш для пирожков или запеканки.

Желе мясное

3 кг говядины (подбедерок или кострец), 2 телячьи ножки, коренья, 1 стакан белого вина, 2 головки репчатого лука, 1 корень сельдерея, несколько горошин перца, 3–4 белка для оттягивания, соль, 6 л воды.

По желанию можно добавить куриное мясо или мясо любой другой птицы.

Желе — это концентрированный мясной отвар, полученный от варки хрящевых частей (поросенка, теленка или петуха).

Приготовление желе требует большого внимания. Чтобы желатинные вещества растворились, мясо нужно ставить варить в холодной воде на слабый огонь. Кости разрубать в длину. Коренья и соль добавить только после того, как вода уже несколько времени покипит. Заливать мясо сразу большим количеством воды, чтобы во время варки не было необходимости ее добавлять. Если все же отвар слишком укипит, доливать только кипяток.

Варить в открытой посуде на слабом огне. Желе можно считать готовым, когда мясо будет легко отделяться от костей, а отвар станет клейким. Для проверки взять немного бульона на палец и попробовать, стал ли он клейким. К моменту готовности отвар должен покрывать мясо и кости приблизительно на 10 см.

Оттягивание (осветление) желе: чтобы желе получилось прозрачным, следует произвести так называемое оттягивание. Для этого на 1 л желе берут 2 белка и высушенную толченую яичную скорлупу от 1 яйца. Оттягивание производится следующим образом: взбить белки в пену, смешать с толченой скорлупой, вылить в отвар и продолжать взбивать веничком на краю плиты. Поставить кастрюлю с отваром в духовку и держать, пока белки не свернутся и не зарумянятся. Вынуть кастрюлю из духовки и осторожно процедить бульон через марлю в другую эмалированную кастрюлю.

Если для приготовления желе не хватает мяса или если желе должно быть быстро готово, в отвар можно добавлять желатин из расчета 10–12 листиков на 1 л жидкости. Желатин развести в чашке горячего отвара. Процедить и влить в кастрюлю с желе.

Застывшее в формах желе опрокинуть на блюдо, предварительно окунув формы на секунду в кипяток.

Желе употребляют мелко нарубленным для украшения различных холодных блюд или заливают им холодные кушанья. Желе должно быть твердым, прозрачным и приятным на вкус.

Прозрачные супы

Суп с омлетом (Италия)

5 стаканов прозрачного мясного бульона, 2 куриных яйца, 1 ст. ложка (с горкой) пшеничной муки, 4 ст. ложки молока, растительное масло, тертый сыр, щепотка соли.

Бульон разогреть. Яйца взбить с мукой, молоком и солью. Дно большой сковороды смазать маслом и выложить в неё полученную яично-молочную массу. Омлет жарить в течение 1 мин, выложить на бумагу, свернуть рулетом и нарезать крупной лапшой. Полоски омлета положить в кипящий бульон, добавить 2 ст. ложки тертого сыра. Подавать горячим.

Суп-эклер (Франция)

1,5 л бульона, 150 г вермишели, 2 яйца, 1 стакан молока, 1 ст. ложка соли.

В кипящий подсоленный бульон положить вермишель. Когда она будет готова, взбить прямо в суповой миске 2 яйца с молоком и влить в нее вермишель с бульоном, тщательно размешивая.

Суп с гренками и яйцом

200 г пшеничного хлеба, 10 г растительного масла, 200 г плавленого сыра, 4 сырых яйца, 1/2 л мясного бульона, зелень петрушки, соль.

Кусочки хлеба обжарить на сливочном масле. На них выложить ломтики плавленого сыра и запечь. В каждую тарелку положить по два обжаренных кусочка хлеба, выпустить на них по сырому яйцу и залить кипящим бульоном. Посыпать суп зеленью петрушки.

Суп ризотто

600 г мяса, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 200 г риса, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 яйца, соль по вкусу.

Лук и овощи очистить, разрезать вдоль на половинки и положить на разогретую сковороду разрезом вниз. Слегка испечь без масла до коричневого цвета. Мясо вымыть, залить водой, добавить коренья и лук, поставить на сильный огонь. Когда закипит, снять пену и Убавить огонь, посолить и, не давая кипеть, варить мясо до готовности. Рис отварить до мягкости, процедить, смешать с маслом, разложить на сковороде и залить яйцами, смешанными с 2 ст. ложками воды. Запечь в духовке.

Перед подачей запеченный рис нарезать ровными квадратиками, а отварное мясо кубиками, сложить в суповую миску и залить процеженным бульоном.

Мясные заправочные супы

Щи мясные

Свежие щи

Щи свежие по-русски

200 г грудинки, 100 г свиных костей, 300 г свежей капусты, 200 г моркови, 50 г корней петрушки, 100 г лука-порея, 30 г копченого сала, 3 лавровых листика, перец горошком или красный, соль.

Капусту, морковь, корни петрушки и лук мелко нарезать и тушить в закрытой кастрюле с копченым салом, нарезанным кусочками, и мелко нарезанной луковицей. Из грудинки и свиных костей приготовить 1 л бульона, добавив в него соль, лавровый лист, перец. Бульон влить в тушеные овощи и довести блюдо до готовности. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Щи из свежей капусты с помидорами

500 г мяса, 500 г свежей капусты, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки сливочного масла, 200 г свежих помидоров, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Поставить варить мясной бульон. Через 1,5–2 часа после начала варки мясо вынуть, а бульон процедить в суповую кастрюлю, в которую положить предварительно поджаренные коренья и лук; затем положить мясо, добавить нарезанную капусту и варить в течение 30–40 мин. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавить перец, лавровый лист, соль.

Щи можно варить с добавлением картофеля и свежих помидоров. В этом случае очищенный и нарезанный картофель положить в кастрюлю через 10–15 мин после того, как положена капуста, а помидоры, нарезанные дольками, — в конце варки вместе с приправами.

Щи без картофеля можно заправить поджаренной мукой.

Щи из свежей капусты с томатом-пюре

1 кг мяса с костью, 4 л воды, 1,2 кг свежей капусты, по 100 г брюквы и моркови, 150 г репчатого лука, по 40 г сельдерея и петрушки, 120 г сметаны, 60 г жира, 30–60 г томата-пюре, 3–4 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, 90 г зеленого лука или 30 г укропа, соль по вкусу.

Обработанное мясо — грудинку или покромку залить холодной водой и варить при очень слабом кипении 2–2,5 часа (до полуготовности). Затем положить очищенную, промытую и нарезанную квадратиками свежую белокочанную капусту, а еще через час — слегка обжаренные на жире репчатый лук, коренья, а также лавровый лист, душистый перец горошком, соль и томат-пюре и варить все до готовности.

Молодую капусту следует закладывать одновременно с кореньями; если капуста горчит, то ее надо предварительно ошпарить.

За 15–20 мин до конца варки в щи можно добавить немного нарезанного картофеля. В конце варки щи окончательно заправить солью.

Из готовых щей вынуть мясо и нарезать его ломтиками или мелкими кубиками. При подаче к столу в щи положить мясо,

сметану и посыпать их мелко нарезанным зеленым луком или укропом.

Так же можно приготовить щи с сушеными белыми грибами.

Щи можно готовить и без томата.

Свежие щи простые

1 кг мяса, 1 кг капусты, 1 морковь, 1 луковица, 200 г картофеля.

Мясо залить холодной водой, прибавить морковь, лук, лавровый лист, варить на малом огне около 40 мин, затем прибавить картофель. Капусту нашинковать, прибавить к супу, варить 20 мин.

Свежие щи с фасолью

Щи приготовить по предыдущему рецепту, только в начале варки добавить около 150 г заранее замоченной фасоли.

Свежие щи со сметаной

500 г телятины или говядины, 500–750 г белокочанной капусты, 1/2-1 стакан сметаны, 5–6 стаканов воды, соль.

В кастрюлю положить 500 г телятины или говядины (грудинку), залить 5–6 стаканами подсоленной воды и сварить. Затем мясо вынуть, отделить от костей и нарезать на кусочки. Бульон процедить, положить в него нарезанное мясо и мелко нарезанную белокочанную капусту. При необходимости добавить соль и немного воды. Щи доварить и подать горячими, заправить их непосредственно перед подачей сметаной.

Свежие щи с перловой крупой

500 г белокочанной капусты, 3–4 ст. ложки перловой крупы. Остальные продукты, как для всех щей.

Варить щи как обычно, но за 15 мин до конца варки засыпать перловую крупу, предварительно распаренную почти до готовности.

Летние щи с картофелем

500 г мяса, 2–3 моркови, 1 корень петрушки, 1–2 луковицы, по 500 г капусты и картофеля, 200 г помидоров, зелень, соль.

Положить в кастрюлю мясо, залить 3–3,5 л воды и поставить варить. Когда вода закипит, снять пену и варку продолжать при тихом кипении 1,5–2 часа. За 15–20 мин ло подачи к столу в бульон положить очищенные и нарезанные морковь, петрушку, лук и раннюю капусту; при этом разрезать кочаны на крупные доли (на 4–6 частей), затем добавить целый очищенный картофель и соль.

При подаче положить в кастрюлю нарезанные на дольки помидоры, дать бульону прокипеть и разлить в тарелки, положив в каждую тарелку дольку кочана капусты, 2–3 картофелины, помидоры, укроп или зелень петрушки.

Щи летние кислые (из свежей капусты)

400 г свежей капусты, 700 мл бульона, воды или кваса, 20 мл уксуса, соль.

Летом можно приготовить кислые щи из свежей капусты.

Свежую капусту вымыть, разобрать по листьям, обдать листья кипятком и оставить в горячей воде на несколько минут для облегчения измельчения. Мелко порубить капусту или пропустить через мясорубку. Потушить, как квашеную. Заправить прокипяченным уксусом, соединить с бульоном, водой или квасом.

Щи можно подавать горячими или холодными (с квасом).

Щи ленивые с картофелем

500 г белокочанной капусты, 2–3 картофелины, 50 г репы, 1 морковь, зелень петрушки (сельдерея), 1 луковица, 2 помидора, 10 г жира, 4 ст. ложки сметаны.

В подсоленный кипящий бульон положить крупно нарезанную капусту, затем картофель, нарезанный дольками (молодой картофель кладут одновременно с капустой), довести до кипения, добавить коренья, пассерованный на жире лук и помидоры. В конце варки положить пряности.

Щи из капустной рассады

500 г мяса, 800 г рассады, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла, зелень, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Сварить мясной бульон. Очищенные коренья и лук нарезать дольками и поджарить в суповой кастрюле на масле. Рассаду очистить от корешков, разрезать на 2–3 части, промыть, ошпарить кипятком, откинуть на дуршлаг, облить холодной водой. Когда вода стечет, переложить рассаду в кастрюлю с поджаренными кореньями и залить кипящим бульоном. Одновременно положить лавровый лист, перец, соль и варить 25–30 мин.

Щи из рассады подать к столу со сметаной и мясом, посыпав укропом или зеленью петрушки.

Свежие щи с телятиной

400-500 г телятины с костями, 1 л воды, 1 морковь, 1 луковица, 1/2 корня петрушки у кусочек сельдерея, ломтик брюквы, 1 ст. ложка жира, 400 г свежей капусты, 2 картофелины или 2 ст. ложки риса, 3 горошины душистого перца или пряные травы, 1/2 стакана сливок, зелень петрушки, соль.

Мясо залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить на медленном огне. Через час положить в суп шинкованную капусту и нарезанный брусочками картофель либо рис. Коренья нарезать соломкой или натереть, обжарить в жире и положить в суп примерно в середине варки. Отварить все продукты до мягкости, затем вынуть мясо, нарезать, кости

удалить. В готовый суп добавить сливки и рубленую зелень петрушки.

Свежие щи со свининой и помидорами

300-400 г свинины с костями, 1 л воды, 1 луковица, долька чеснока, 1/2 моркови, 1 корень петрушки, ломтик брюквы или 1 репа, 300 г свежей капусты, 4 картофелины, 3 помидора или 2 ст. ложки томатной пасты, 3 горошины душистого перца или пряные травы, 2 ст. ложки сметаны, зеленый лук, соль.

Мясо залить холодной водой, довести до кипения, пену снять, варить на медленном огне, снимая с поверхности жир. В этом жире обжарить нарезанные коренья. Через час после начала варки положить шинкованную капусту и нарезанный брусочками картофель, через 15 мин добавить обжаренные коренья, смешанные с томатной пастой. Свежие помидоры положить в суп за 5-10 мин до конца варки, нарезав дольками. Мясо вынуть и нарезать, кости удалить. Суп посолить, заправить.

При подаче к столу посыпать зеленым луком и положить сметану.

Щи из савойской капусты

500 г мяса с костями, 850 г капусты, 100 г моркови, 75 г репы, 100 г репчатого лука, 50 г лука-порея, 5 ч. ложек жира, 5 ст. ложек сметаны, по 25 г зелени для «букета», перец, лавровый лист, укроп, петрушка, соль по вкусу.

Из готового бульона вынуть мясо. Нарезанные брусочками морковь и репу, а также мелко нашинкованный лук обжарить на сковороде с жиром. Капусту нарезать квадратами и опустить в кипящий бульон, в когда он снова закипит, положить обжаренные овощи и связанные в пучок лук-порей, листья петрушки, сельдерея, укропа. За 5 мин до окончания варки вынуть «букет», добавить перец, лавровый лист.

К столу щи подавать с отварным мясом, сметаной, посыпав сверху мелко рубленной зеленью укропа и петрушки.

Кислые щи

Щи из квашеной капусты (кислые)

1 кг мяса с костью, лучше грудинки, 3–4 л воды, 1,2 кг квашеной капусты, 120 г репчатого лука, 150 г моркови, 60 г зеленого лука или 30 г укропа, 50 г муки, 60 г жира, 60-120 г томата-пюре, 5-15 г сахара, 2–3 лавровых листа, 4–5 горошин душистого перца, 120 г сметаны, соль по вкусу.

Обработанное мясо залить холодной водой и поставить варить.

Нашинкованную квашеную капусту перебрать (широкие ломтики капусты и моркови перешинковать), хорошо промыть в холодной воде или ошпарить (если она очень кислая), отжать и положить в кастрюлю. Затем влить в нее немного жирного бульона (или воды с добавлением масла) и поставить тушить. Через 1,5–2 часа в капусту добавить слегка обжаренные на жире нашинкованную морковь, мелко рубленный репчатый лук и томат-пюре и тушить еще 30 мин. После этого капусту переложить в бульон и варить щи до готовности (около 30 мин). Примерно за 20 мин до конца варки в них добавить мучную пассеровку, лавровый лист и душистый перец горошком, щи прокипятить и заправить по вкусу солью и (по желанию) сахаром.

При подаче к столу в щи положить мясо, мелко нарезанный зеленый лук или укроп.

Так же приготовляют щи на костном или рыбном отваре и вегетарианские.

Для улучшения вкуса и запаха мясных щей в капусту перед тушением рекомендуется положить кожу, жир и кости от ветчины или копченой грудинки, корейки. Вместе с луком можно обжарить и положить в щи петрушку с сельдереем.

Щи кислые по-русски

600 г квашеной капусты, 300 г репчатого лука, 160 г копченого сала, 600 г помидоров или 8 ст. ложек томата-пюре, лавровый лист, перец горошком, сметана, соль.

Капусту и мелко нарезанный лук тушить с добавлением лаврового листа, перца, копченого сала и 1 л бульона. Добавить помидоры или томат-пюре и варить до готовности. При подаче положить в щи сметану или простоквашу.

Щи из квашеной капусты со сметаной

800 г квашеной капусты, 100 г репчатого лука, 100 г моркови, корень петрушки, 100 г томата-пюре, 1 ст. ложка пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 50 г сметаны, черный перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки или укропа, соль.

Квашеную капусту перебрать, промыть, нарезать, положить в глубокую сковороду или сотейник, залить 2 стаканами бульона или воды, добавить масло, прикрыть крышкой и тушить в течение часа, периодически помешивая, затем переложить в кастрюлю, залить бульоном, добавить поджаренные с томатом лук и коренья, довести щи до полной готовности. В конце варки добавить пряности и поджаренную мучную заправку.

Перед подачей щи заправить сметаной и мелко рубленной зеленью петрушки или укропа.

Щи из квашеной капусты с картофелем

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 1 кг квашеной капусты, 300 г картофеля, 120 г моркови, 90 г репчатого лука, 50 г зеленого лука или укропа, 60-120 г томата-пюре, 50 г жира, 5-15 г сахара, 2–3 лавровых листа, 3–5 горошин душистого перца, 120 г сметаны, соль по вкусу.

Приготовляют так же, как указано в рецепте «Щи из квашеной капусты (кислые)». Разница заключается в том, что в кипящий бульон (минут за 15–20 до конца варки щей) сначала кладут нарезанный кубиками или дольками картофель, через 5–8 мин тушеную капусту, коренья и т. д., а мучную пассеровку не вводят.

Щи кислые с гренками из гречневой каши

300 г говядины, 300 г свинины, 1 кг кислой капусты, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 ст. ложка топленого масла, 1 большая луковица, 1 ст. ложка рубленой зелени, 100 г томата, 1 стакан сметаны, перец, лавровый лист, соль по вкусу.

Для гренков: 1 стакан гречневой крупы, 100 г топленого масла для жаренья, 2 яйца, 1/2 стакана панировочных сухарей, 1 ст. ложка пшеничной муки, соль по вкусу.

Поставить варить бульон из говядины и свинины. После снятия пены немного посолить. Лук измельчить, слегка обжарить в топленом масле, добавить капусту и тушить, все время помешивая, пока капуста не прожарится и не покраснеет. Добавить томат и прожарить еще вместе с томатом. Переложить капусту в бульон и варить еще примерно 2 часа. За 30 мин до готовности положить в щи лавровый лист и перец.

Перед подачей положить в щи нарезанное на порции мясо, рубленую зелень и сметану, размешанную с мукой и постепенно разведенную бульоном, после чего вскипятить щи.

К щам подать гренки из гречневой каши.

Приготовление гренков из гречневой каши: промыть гречневую крупу в нескольких водах, посолить, залить кипятком, чтобы вода покрывала крупу на 3 пальца, поставить на большой огонь, вскипятить, затем огонь уменьшить, накрыть кастрюлю крышкой и доваривать кашу на слабом огне. Готовую кашу хорошо размять ложкой и разложить на мокрой доске ровным слоем в палец толщиной. Обровнять поверхность мокрым ножом и поставить кашу в холодильник, чтобы она хорошо застыла. Холодную кашу нарезать на одинаковые маленькие прямоугольники, обвалять в муке, потом в смеси яиц и сухарей и поджарить в разогретом масле.

Во время тушения капусту надо часто мешать, чтобы не пригорела; можно понемногу прибавлять бульон.

Бульон сначала не надо много солить, так как капуста тоже имеет соль и при варке отдает ее в бульон.

Для гренков надо варить не рассыпчатую кашу, а так называемую размазню, иначе гренки будут разваливаться при жаренье.

Щи суточные

Мясо, ветчинные кости, 500 г квашеной капусты, 80 г моркови, 20 г корня петрушки, 80 г репчатого лука, 100 г томата-пюре, 20 г пшеничной муки, 60 г столового маргарина, 100 г сметаны, 20 г зелени, 1,5–2 л бульона, лавровый лист, перец, соль.

Суточные щи отличаются от щей, приготовленных обычным способом, тем, что капуста в результате продолжительной тепловой обработки становится совершенно мягкой и приобретает сладковатый привкус. Бульон варят с добавлением жирного мяса и ветчинных костей. Существует несколько способов приготовления этого блюда.

Способ 1. Сварить бульон из жирного мяса с добавлением ветчинных костей, ветчинные кости можно положить при тушении капусты. Квашеную капусту мелко порубить, добавить томат, жир и тушить 2–3 часа.

В кипящий бульон заложить капусту, куски грудинки (без реберных костей), варить щи еще около 1 часа. За 20–30 мин до окончания варки добавить пассерованные овощи, лавровый лист, белый соус, соль. В тарелку положить рубленый чеснок, кусочек мяса, залить щами.

Способ 2. Приготовленную капусту заморозить. В глиняный горшочек положить куски мяса, рубленый чеснок, мороженую капусту, пассерованные овощи, специи, подлить бульон, довести до кипения, проварить 10 мин. Горшочек со щами можно покрыть куском раскатанного слоеного или пресного теста, смазанного яйцом, поставить в духовку и запечь. Щи становятся ароматнее.

Способ 3. Щи вынести на холод, заморозить. На следующий день оттаять, прокипятить. При подаче в щи положить кусочек вареной грудинки, сметану, зелень.

Щи суточные с ватрушками или гренками

600 г квашеной капусты, по 100 г моркови, лука, томата-пюре и ветчинных костей, 30 г корня петрушки, по 20 г муки и сливочного масла, 50 г сметаны, зелень, специи, бульон.

Овощи нарезать мелкими кубиками. Квашеную капусту положить в кастрюлю, добавить кости, жир, томат-пюре, налить немного бульона и тушить около 2,5 часа. В готовые щи можно положить зубчик чеснока.

Подать с ватрушками или гренками.

Щи армейские

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 1 кг квашеной капусты, 600 г картофеля, по 150 г репчатого лука и моркови, 90 г томата-пюре, 30 г муки, 60 г жира, 3 лавровых листа, 6 горошин душистого перца, соль по вкусу.

Приготовляются так же, как указано в рецепте «Щи из квашеной капусты с картофелем», но с мучной пассеровкой. Их можно варить на рыбном отваре и на воде (вегетарианские). Квашеную капусту можно не тушить.

Щи по-уральски

500 г квашеной капусты, 50 г крупы, 125 г томата, 100 г моркови, 25 г корня петрушки, 100 г репчатого лука, 15 г чеснока, 50 г кулинарного жира, 2–2,5 л бульона или воды.

В кипящий бульон или воду всыпать пшено или геркулес, довести до кипения, положить тушеную капусту и пассерованные овощи.

В том случае, когда щи готовят с перловой или овсяной крупой, ее для ускорения варки замочить в воде на несколько часов. Затем сварить в бульоне до полуготовности (можно отдельно сварить перловую, овсяную крупу и доваривать в щах). В бульон добавить тушеную капусту и последовательно остальные продукты в соответствии со сроками их варки. Овощи подготовить, как для обычных щей.

Щи по-уральски мукой не заправляют. В тарелку добавить чеснок.

Щи сборные (петровские)

750 г мясного набора, 100 г квашеной капусты, 100 г

моркови, 25 г петрушки, 100 г репчатого лука, 50 г томата-пюре, 25 г муки, 50 г растительного масла, 2 л бульона.

Готовить, как обычные щи, на мясном бульоне, добавив кости от копченостей. В этом же бульоне варить ветчину, мясо, курицу.

В глиняный горшочек положить мясной набор: нарезанные ломтиками отварное мясо, курицу, ветчину, залить щами, довести до кипения. Подавать с зеленью, сметаной, ватрушками.

В настоящее время в набор мясных продуктов включают колбасу и сосиски.

Кислые щи со свининой

250-300 г свинины (голова, корейка, шея), 1 л воды, 300 г квашеной капусты, 2 ст. ложки ячневой или перловой крупы, 1 морковь, 1 луковица или 1 зубчик чеснока, 1,2 лаврового листа, 2 ст. ложки сметаны, сахар, соль.

Мясо залить холодной водой, довести до кипения, снять пену. Положить квашеную капусту, затем крупу, рубленую морковь, лук или тертый чеснок. Варить на слабом огне 1–2 часа. Незадолго до окончания варки добавить приправы. В тарелки положить сметану.

Кислые щи можно сварить и без крупы. Тогда за 10–15 мин до окончания варки положить растертую с холодной водой или с 1 ст. ложкой растопленного жира муку (2–3 ст. ложки).

К кислым щам можно подать отварной картофель или картофельное пюре.

Зеленые щи

Щи из крапивы

500 г крапивы, 150 г щавеля, 15 г моркови, 15 г корня петрушки, 60 г репчатого лука, 45 г зеленого лука, 15 г муки, 30 г столового маргарина, 50 г сметаны, 15 г зелени, 1,5 яйца, 1 л бульона или воды, лавровый лист,

перец, соль.

Перебранную и промытую молодую крапиву погрузить на 2–3 мин в кипяток, откинуть на сито, пропустить через мясорубку и тушить с жиром 10–15 мин. Морковь и лук репчатый спассеровать на жире. За 2–3 мин до окончания пассерования добавить мелко нарезанный зеленый лук.

В кипящий бульон или воду положить крапиву, пассерованные овощи и варить щи 20–25 мин. За 10 мин до окончания варки добавить белый соус, нарезанные листики свежего щавеля, соль, лавровый лист, перец, гвоздику (2 бутона).

Свежий щавель можно заменить консервированным. Для вкуса в щи из крапивы можно добавить лимонную кислоту или сок лимона.

Подавать щи с яйцом, сваренным вкрутую, сметаной и зеленью.

Щи из шпината и щавеля

500 г мяса, 500 г шпината, 200 г щавеля, по 1 шт. кореньев и лука, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сливочного масла, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Шпинат или крапиву перебрать, хорошо промыть, сварить в кипящей воде до мягкости, откинуть и протереть через сито. Щавель перебрать и промыть, крупные листики разрезать.

Коренья и лук нарезать мелкими кубиками и поджарить в суповой кастрюле с маслом, добавить к ним муку и продолжать жаренье еще 1–2 мин. Затем положить в кастрюлю протертый шпинат, хорошо перемешать, развести горячим бульоном и отваром, полученным при варке шпината, добавить лавровый лист, перец и варить 15–20 мин. За 5-10 мин до окончания варки положить в кастрюлю щавель и соль.

Рекомендуется подавать со сметаной и сваренным вкрутую яйцом.

Щи зеленые

1 кг мяса с костью (6 порций), 3–4 л воды, 750 г

шпината, 450 г щавеля, по 150 г репчатого лука и зеленого лука, 60 г муки, 60 г жира, 3 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 3–6 яиц, 120 г сметаны, 30 г укропа, черный молотый перец и соль по вкусу.

Обработанное мясо залить холодной водой и варить до готовности.

Щавель и шпинат перебрать, отделить от корешков и хорошо промыть. Щавель положить в кастрюлю, закрыть крышкой и тушить. Готовый щавель изрубить, пропустить через мясорубку или протереть через решето.

Шпинат положить в бурно кипящую посоленную воду, прокипятить 2–3 мин, откинуть на сито или дуршлаг и мелко изрубить.

С бульона снять жир. Из жира выпарить воду и слегка поджарить на нем нашинкованный репчатый лук, добавить зеленый лук и снова все прожарить. Затем положить шпинат и щавель и, перемешивая, прокипятить 2–3 мин. Приготовить мучную пассеровку, развести ее бульоном, влить в овощи, добавить лавровый лист, душистый перец горошком и все кипятить еще 10–15 мин, снимая накипь. Готовые щи заправить по вкусу солью и молотым перцем.

При подаче к столу в тарелку со щами положить кусочки вареного мяса, сваренные в мешочек или вкрутую яйца, сметану и укроп.

Если используются лишь листья шпината и щавеля (без стеблей), то их можно мелко порубить или пропустить через мясорубку сырыми, положить в кастрюлю с бульоном и прокипятить щи 10–20 мин. В этом случае лучше сохраняется витамин С.

Шпинат можно заменить молодой крапивой или другой дикорастущей съедобной зеленью.

Зеленые щи делают и с картофелем, который кладут за 15 мин до конца варки. В этом случае количество шпината и щавеля уменьшают.

Борщи мясные

Борщ домашний

500 г мяса, 300 г свеклы, 200 г свежей капусты, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки томата-пюре или 100 г

помидоров, по 1 ст. ложке уксуса и сахара.

Сварить мясной бульон. Свеклу, морковь, петрушку и лук нарезать соломкой, положить в суповую кастрюлю, добавить помидоры или томат-пюре, уксус, сахар и немного бульона с жиром (или добавить 1–2 ст. ложки масла), закрыть крышкой и поставить овощи тушить. Овощи перемешивать, чтобы не пригорели, прибавляя, если нужно, немного бульона или воды.

Через 15–20 мин добавить нашинкованную капусту, все перемешать и тушить еще 20 мин. Затем овощи залить подготовленным мясным бульоном, положить перец, лавровый лист, соль, добавить по вкусу немного уксуса и варить до полной готовности овощей. При подаче на стол в борщ положить сметану.

В борщ при варке добавляют картофель в целом виде или нарезанный дольками, а также свежие помидорами. Их также нарезают дольками и кладут в борщ за 5-10 мин до окончания варки. В готовый борщ, кроме мяса, можно положить вареную ветчину, сосиски или колбасу.

Для подкрашивания борща можно сделать свекольный настой. Для этого одну свеклу нарезать ломтиками, залить стаканом горячего бульона, добавить 1 чайную ложку уксуса, поставить на 10–15 мин на слабый огонь и довести до кипения. После этого настой процедить и влить в борщ перед подачей к столу.

Борщ с копченостями

250 г говядины, 100 г ветчины, 4 ломтика копченой колбасы, 500 г свеклы, 1–2 луковицы, корень сельдерея, стебель лука-порея, 2–3 моркови, корень петрушки, 1/2 кочана белокочанной капусты, 70 г шпика, 1–2 ст. ложки уксуса, 2–3 ст. ложки томата-пасты, лавровый лист, 4 горошины душистого перца, соль.

Очищенные овощи — свеклу, лук, морковь, сельдерей, петрушку, нашинковать, добавить немного воды и жира и тушить до полуготовности. Отдельно сварить говядину. В бульон с мясом положить подготовленные овощи, добавить нашинкованную капусту, обжаренную в жире томат-пасту, уксус, специи — перец горошком и лавровый лист и варить до готовности.

При подаче в тарелку положить кусочек мяса, ветчины,

колбасы и налить борщ.

Борщ с яйцами

500 г говядины, 1/4 корня сельдерея, 1–2 моркови, 1–2 корня петрушки, 1/2 свеклы, 1 ломтик капусты, 3–4 картофелины, 2 лавровых листа, 2–3 ломтика лимона, 1–2 яйца, 1/2 стакана простокваши или кефира, 2–3 ст. ложки уксуса, соль.

Нарезать говядину небольшими кусочками. Наиболее подходящим мясом для борща является грудинка. Залить его холодной водой и варить до мягкости. Затем бульон посолить, положить в него коренья (сельдерей, морковь, петрушку), тушенную на масле (1 ст. ложка) свеклу, нарезанную кубиками, и ломтик капусты, мелко шинкованной. Когда овощи будут почти готовы, добавить картофель, нарезанный кубиками, лавровый лист и (при желании) ломтик лимона. Борщ довести до готовности. Затем заправить яйцами и кислым молоком или уксусом. Посыпать черным перцем или мелко нарезанной петрушкой и подать.

Борщ с мучной заправкой

300-400 г говядины с костями, 100 г ветчины или колбасы, 250–300 г свеклы, 1 маленькая луковица, петрушка или сельдерей по вкусу, 1 морковь, 200 г свежей или квашеной капусты, 1 л воды, 2 ч. ложки столового уксуса, 1–1,5 ст. ложки томатной пасты, 1 ст. ложка маргарина или жира, 1/2 лаврового листа, 2–3 ч. ложки сметаны, 1–2 ч. ложки муки, 2–3 картофелины, зелень, сахар, перец, соль.

Мясо положить в холодную воду, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне. Свеклу нарезать мелкой соломкой и потушить с томатной пастой в небольшом количестве жира, можно добавить также немного бульона. В конце тушения подлить уксус — он поможет сохранить свекольный цвет. Лук, морковь, сельдерей или петрушку также нарезать соломкой и обжарить в жире отдельно от свеклы. Когда мясо будет почти

готово, положить в бульон шинкованную капусту и коренья и варить все вместе до мягкости. Вынуть мясо, размельчить, кости удалить, положить в суп свеклу, мясо, приправы и вновь довести до кипения. Сметану добавить в тарелки.

Чтобы борщ получился погуще, за 10 мин до окончания варки можно добавить муку, предварительно смешанную с небольшим количеством жира или холодного бульона. Можно также положить нарезанную кубиками ветчину или колбасу либо кружочки сосисок.

Одновременно с капустой в борщ иногда кладут и нарезанный брусочками картофель.

Если борщ недостаточно красивого цвета, можно влить в него свекольный сок. Для этого натереть на мелкой терке небольшую сырую свеклу и залить ее кипятком, добавить уксус и нагревать в течение 10–15 мин, доведя до кипения. Процедить и влить в борщ. Свекла легко утрачивает цвет при малейшем присутствии щелочей, вот почему ее нельзя варить или тушить с другими овощами.

Борщ с ревенем

800 г мяса, 800 г свеклы, 1 морковь, 1 яйцо, ревень, зеленый лук, соль.

Свеклу очистить, тщательно вымыть, залить холодной водой, прибавить мясо, морковь, ревень или лимонную кислоту, поставить на огонь. Когда свекла станет мягче, вынуть ее из борща, пропустить через мясорубку. Перед подачей заправить зеленым луком с мелко нарезанными крутыми яйцами.

Борщ русский

100 г говяжьей грудинки, 50 г копченой грудинки, 250 г капусты, 200 г лука-порея, по 100 г моркови и свеклы, 30 г маргарина, 1 ст. ложка томата-пасты, лавровый лист, перец горошком, зелень, соль.

Капусту и лук-порей нашинковать, морковь и свеклу измельчить на крупной терке. Все эти овощи пассеровать с маргарином или растительным маслом, добавив 1 ст. ложку

томата-пасты, несколько капель уксуса. Бульон приготовить из говяжьей грудинки и копченой грудинки с добавлением лаврового листа, перца горошком и соли. Пассерованные овощи положить в бульон, но не варить, иначе исчезнет красная окраска. Мясо нарезать кусочками и положить в борщ.

При подаче в тарелки с борщом положить по столовой ложке сметаны и мелко нарезанную зелень петрушки и укропа.

Борщ московский без картофеля

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, по 600 г свеклы и свежей капусты, 150 г моркови, по 90 г брюквы и репчатого лука, 60 г корня петрушки и сельдерея, 60 г томата-пюре, 2–3 ст. ложки уксуса, 12 г сахара, 30 г пшеничной муки, 50 г жира, 7 горошин душистого перца, 3 лавровых листа, 120 г сметаны, 60 г зеленого лука, 30 г укропа, 180 г ветчины или копченой грудинки, 150 г сосисок, соль по вкусу.

Подготовленное мясо залить холодной водой и поставить варить.

Свеклу очистить, промыть, нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, перемешать, положить в сотейник с жиром и, помешивая, слегка обжарить. Затем добавить к ней немного бульона и тушить на слабом огне 1,5–2 часа.

Нарезать соломкой морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, репчатый лук, свежую капусту. В кипящий бульон положить сначала капусту, а через 30–40 мин слегка обжаренные овощи, коренья, лук, лавровый лист, душистый перец горошком и томат-пюре. Добавить туда же тушеную свеклу и все варить при слабом кипении до готовности. За 15 мин до конца варки в борщ можно добавить мучную пассеровку и вареные кукурузные зерна (15–20 г на порцию).

Готовый борщ окончательно заправить по вкусу солью, сахаром и ввести в него свекольную подкраску. При подаче к столу в тарелку с борщом положить мясо, сметану, мелко нарезанный зеленый лук и укроп.

В московский борщ добавляют кусочки вареной копченой грудинки или ветчины, нарезанные и прогретые сосиски.

Московский борщ на костном бульоне

300 г говяжьих костей, 75 г копченых костей, 100 г вареного или жареного мяса, 50–60 г постной ветчины, 2 сосиски, 1 л воды, 250–300 г вареной или печеной свеклы, 100–150 г капусты, 1 морковь, 1 луковица, кусочек корня петрушки или сельдерея, 1 ст. ложка томатной пасты, 2 ч. ложки пшеничной муки, 1 ст. ложка свиного жира, лавровый лист, сахар, столовый уксус, 2 ст. ложки сметаны, зелень, перец, соль.

Говяжьи и копченые кости залить холодной водой и поставить на огонь, туда же можно положить и мякоть. Удалить пену, варить на медленном огне 3–4 часа, процедить. Свеклу — вареную или печеную с кожурой — очистить, нарезать соломкой и опустить в процеженный бульон. Коренья нарезать соломкой и тушить в снятом с бульона жире с томатной пастой. Муку смешать с растопленным жиром, обжарить до золотистого цвета, добавить немного бульона. Все продукты положить в бульон, в том числе нарезанные колбасные изделия и вареное или жареное мясо, заправить, быстро довести до кипения.

В тарелки добавить сметану и свежую зелень. К борщу можно подать пирожки или ватрушки.

Московский борщ со свиной грудинкой

Кусок копченой свиной грудинки, 200 г ветчинных костей, 150 г вареного мяса, 100 г ветчины, 100 г сосисок, 100 г свеклы, 400 г свежей или квашеной капусты, 100 г моркови, 25 г корня петрушки, 100 г репчатого лука, 75 г томата-пюре, 25 г муки, 50 г столового маргарина, 25 г сахара, 40 мл 3 %-ного уксуса, 50 г сметаны, 25 г зелени, 2 л мясного бульона, лавровый лист, перец, соль.

Сварить в мясном бульоне кости от ветчины и копченую свиную грудинку. Подготовить свеклу и сварить борщ, как описано выше, одновременно приготовить свекольный настой.

Подавать борщ с кусочками прогретой вареной говядины и ветчины, сосиской, сметаной, зеленью. Отдельно можно подать ватрушки или крупеник.

Московский борщ со свежей и квашеной капустой

100 г ветчины с костью или копченой грудинки, 125 г мяса, по 300 г свеклы, свежей капусты и квашеной, по 1 моркови, петрушке, луковице, 3 ст. ложки томата-пюре, 20 г пшеничной муки, 30 г маргарина, 1–2 ст. ложки уксуса, сметана, лавровый лист, перец горошком, зелень, сахар, соль.

Сварить в мясном бульоне кости от ветчины или копченую свиную грудинку. Овощи нарезать соломкой. Подготовить свеклу и сварить борщ, как указано выше. Одновременно приготовить свекольный настой. Пассеровать муку и томат-пюре на маргарине и вылить в борщ.

Подать борщ с куском прогретой вареной говядины, ветчины (или с нарезанной поперек сосиской), заправить сметаной, зеленью.

Сибирский борщ (с фрикадельками)

300 г говяжьих костей, 1 л воды, 1/2 пачки (250 г) фрикаделек, 300 г свеклы, 100 г свежей капусты, 2 картофелины, 60 г (1/3 стакана) сушеной фасоли, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 морковь, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ч. ложка муки, 1 ст. ложка маргарина, перец, уксус, сметана, зелень, 50 г постной вареной ветчины, сахар, соль.

Из костей сварить бульон, процедить. В бульоне отварить нарезанный соломкой картофель и шинкованную капусту. Фасоль замочить, затем отдельно отварить до мягкости и положить в суп с нарезанной вареной свеклой, обжаренными в маргарине кореньями и мукой. За 5-10 мин до окончания варки заправить суп толченным с солью чесноком. Фрикадельки сварить в борще или отдельно. При желании можно положить в борщ кусочки ветчины.

Перед подачей к столу добавить в тарелки сметану и зелень.

Флотский борщ

50 г копченого бекона (или копченой грудинки, или копченой свиной корейки), 400 г свеклы, 200 г свежей

капусты, 1 морковь, 1 корешок петрушки, 1 луковица, 15 г томата-пюре, 1–2 ст. ложки уксуса, сметана, лавровый лист, красный перец, зелень, соль, бульон.

Вкус этого борща должен быть более острым по сравнению с другими видами борщей.

Сварить бекон в мясном бульоне. Овощи нарезать ломтиками, капусту — квадратиками, картофель — кубиками. Картофель опустить в кипящий бульон одновременно с капустой и сварить борщ как обычно, но во время варки добавить красный перец.

Подать борщ с кусочком бекона (или грудинки, или мяса), со сметаной и зеленью. Можно влить в него свекольный настой.

Борщ флотский острый

1 кг мяса с костью или 400 г копченого бекона, грудинки и корейки, 3–4 л воды, 600 г свеклы, 500 г свежей капусты, 300 г картофеля, по 90 г брюквы, моркови и репчатого лука, 60 г корня петрушки и сельдерея, 300 г свежих помидоров или 90 г томата-пюре, 30 г пшеничной муки, 50 г жира, 3–4 ст. ложки уксуса, 12–30 г сахара, 3 лавровых листа, 6 горошин душистого перца, 1/2 г красного стручкового сушеного перца, 120 г сметаны, 60 г зеленого лука, 30 г укропа, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как и обыкновенный борщ на мясном отваре, но все овощи нарезаются не соломкой, а кружочками или кубиками. В борщ кладут красный перец и большее количество уксуса, вместо томата-пюре можно употреблять свежие помидоры, а из мясных продуктов — бекон (или копченую грудинку и корейку). Кроме того, во флотский острый борщ добавляют картофель и не кладут ветчину и сосиски.

Борщ можно приготовить и на костном бульоне.

Галицкий борщ

400 г говядины, 400–500 г свежей белокочанной капусты, 2 л воды, 4 картофелины, 2–3 свеклы, 80 г сливочного маслау 90-100 г томата-пюре, 500 г

свекольного кваса, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 луковица, 15 г муки, лавровый лист, душистый перец, соль.

Капусту и свеклу нарезать соломкой, картофель — кубиками. Свеклу потушить с бульоном, жиром, томатом-пюре и частью кваса. В кипящий мясной бульон опустить капусту, после закипания — картофель и варить 20 мин. Затем добавить тушеную свеклу, нарезанные соломкой и пассерованные морковь, петрушку и лук, пассерованную муку, лавровый лист, поперчить, посолить. За 10–15 мин до готовности в кастрюлю с борщом влить оставшийся прокипяченный свекольный квас.

Подать борщ со сметаной.

Борщ малороссийский с ватрушками

600 г мяса (грудинка), 1 морковь, 1 репа, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 3 свеклы, 300 г кислой капусты, по 100 г копченой грудинки и сосисок, 1 ст. ложка муки, 1/2 стакана жира с бульоном, уксус или лимонная кислота по вкусу, сметана к борщу.

Для ватрушек: по 200 г масла и сметаны, 3 стакана пшеничной муки, 200 г творога, 1 ст. ложка сметаны, 1 яйцо, 1 ч. ложка соли.

Сварить бульон из грудинки. Лук, репу, 2 свеклы, морковь и петрушку мелко нарезать, положить в кастрюлю, добавить капусту, залить жиром, снятым с бульона, и поставить тушить до мягкости, закрыв крышкой. Оставшуюся свеклу натереть на мелкой терке, отжать через марлю, добавить в сок уксус или лимонный сок по вкусу и в эмалированной открытой кастрюле довести до кипения, но не кипятить, чтобы свекольный сок не потерял цвета. В тушеные коренья всыпать муку, постепенно разбавить бульоном, вскипятить и соединить с остальным бульоном. Туда же добавить свекольный сок, нарезанные сосиски, мясо и копченую грудинку. Вскипятить, посыпать зеленью петрушки и укропа.

Подавать с ватрушками. Отдельно подать сметану.

Приготовление ватрушек: порубить масло с мукой, чтобы получилась как бы масляная крупа, влить в нее подсоленную сметану и, быстро замесив тесто, положить его на 10–15 мин в холодильник. Слегка застывшее тесто раскатать в тонкий пласт,

нарезать отверстием стакана кружки, положить на середину каждого начинку (смешать творог, сметану, яйцо и посолить по вкусу), завернуть края теста жгутиком, оставив серединку ватрушки открытой, разложить на противне, смазать ватрушки яйцом и поместить в хорошо нагретую духовку. Как только ватрушки подрумянятся, проверить спичкой готовность теста и, если спичка останется сухой, вынуть ватрушки из духовки.

Борщ с картофелем и украинский

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, по 750 г свеклы и картофеля, 450 г свежей капусты, по 120 г моркови, брюквы и репчатого лука, 60 г корня петрушки и сельдерея, 120 г сметаны, 60 г томата-пюре, по 60 г зеленого лука и зелени петрушки, 12 г сахара, 2–3 ст. ложки уксуса, 60 г жира, 6 горошин душистого перца, 3 лавровых листа, 40 г шпика, 1–2 зубчика чеснока, 90 г болгарского перца, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как борщ без картофеля, но за 5-10 мин до закладки свеклы в бульон кладут очищенный, промытый и нарезанный кубиками или полумесяцами картофель. Мучная пассеровка не вводится.

В украинский борщ вместо жира кладут свиное сало, а готовый борщ заправляют рубленым чесноком, растертым со шпиком, и посыпают зеленым луком или зеленью петрушки. В борщ можно положить также болгарский перец.

Украинский борщ с помидорами

500 г мяса, 400 г капусты, 400 картофеля, 250 г свеклы, по 1/2 стакана томата-пюре и сметаны, по 1 шт. кореньев и лука, 20 г свиного сала, 1 ст. ложка сливочного масла, помидоры, лавровый лист, перец, чеснок, соль.

Сварить мясной бульон и процедить. Очищенные коренья и свеклу нарезать соломкой. Свеклу тушить 20–30 мин, добавив при этом жир, томат-пюре, уксус и бульон (можно влить также хлебный или свекольный квас). Нарезанные коренья и лук слегка

поджарить на масле, смешать с поджаренной мукой, развести бульоном и довести до кипения.

В приготовленный для борща бульон положить картофель, нарезанный крупными кубиками, крупно нарезанную капусту, тушеную свеклу, соль и варить 10–15 мин, потом добавить поджаренные с мукой коренья, лавровый лист, душистый и горький перец и варить до тех пор, пока картофель и капуста не будут готовы.

Готовый борщ заправить салом, растертым с чесноком, добавить помидоры, нарезанные дольками, быстро довести до кипения, после чего дать борщу настояться 15–20 минут.

Разливая в тарелки, положить в борщ сметану и посыпать его мелко нарезанной зеленью петрушки.

Украинский борщ со свекольным настоем

500 г мяса (грудинки), 10 шт. некрупной свеклы, 1/2 кочана капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 4 картофелины, 2–3 ст. ложки томата-пюре, 3–4 зубчика чеснока, 40 г свиного сала, 20 г шпика, 1 стручок сладкого перца, лимонная кислота (на кончике ножа), лавровый лист, перец горошком, сахар, соль.

Сварить мясной бульон и вынуть мясо. Свеклу очистить, 5–6 шт. нарезать соломкой, сложить в посуду, добавить сало, лимонную кислоту, 1 ст. ложку томата, залить 2 стаканами бульона и, помешивая, тушить на слабом огне до готовности (зрелую свеклу — 45 мин, молодую — 15 мин). Из остальной свеклы приготовить настой: свеклу натереть на крупной терке, залить, стаканом горячего бульона, добавить немного лимонной кислоты и на сильном огне довести до кипения, после охлаждения процедить. Морковь, петрушку, лук нарезать соломкой, слегка обжарить в масле, соединить с тушеной свеклой за 10–15 мин до окончания тушения. В кипящий бульон опустить крупно нарезанные капусту, картофель и стручковый перец. Когда бульон закипит, прибавить тушеные свеклу, лук и коренья. Через 15 мин добавить лавровый лист, перец горошком, соль, сахар и варить на слабом огне 20–30 мин. За 5 мин до окончания варки заправить борщ чесноком, растертым со свиным салом, кусочками шпика и томатом.

Перед подачей добавить свекольный настой и куски вареного

мяса, довести до кипения на сильном огне, снять с огня и дать настояться 20 мин.

Украинский борщ с пампушками

300 г говядины (мякоти), 300 г свеклы, 400 г свежей капусты, 500 г картофеля, 100 г моркови, 1 корень петрушки, 1–2 головки репчатого лука, 1–2 головки чеснока, 100 г томата-пюре или 400 г свежих помидоров, 1 ст. ложка муки, 200 г жира, 50 г сала, 100 г сметаны, 1 ст. ложка сахара, 2 ч. ложки уксуса, перец черный (2–3 горошины) и болгарский, лавровый лист, зелень петрушки или укропа, соль.

Для пампушек: 360 г пшеничной муки, 3/4 стакана молока, 10 г дрожжей, соль, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка растительного масла, 1 головка чеснока, 1/2 стакана кваса для чесночной заправки.

Мясо отварить до готовности. Очищенную промытую свеклу нарезать соломкой, посыпать солью, сбрызнуть уксусом, перемешать, положить в кастрюлю или глубокую сковороду, добавить жир, томат-пюре (или помидоры), сахар и тушить свеклу до полуготовности. Очищенные и промытые коренья и лук нарезать соломкой и спассеровать с жиром. Приготовить мучную заправку.

Бульон процедить, мясо нарезать кусочками. В процеженный бульон опустить нарезанный дольками картофель и довести его до кипения, затем положить нарезанную соломкой свежую капусту и варить 10–15 мин, после чего добавить тушеную свеклу, пассерованные овощи, мучную заправку, болгарский перец, нашинкованный тонкой соломкой, соль, пряности и довести борщ до готовности. Готовый борщ заправить чесноком и зеленью петрушки, толченными с салом, довести до кипения, после этого дать настояться 20–25 мин.

При подаче в борщ добавить сметану, мясо, зелень. К борщу подать горячие пампушки с чесноком.

Приготовление пампушек: в теплом молоке развести дрожжи, соль, сахар, добавить растительное масло и муку, замесить тесто и оставить для брожения. Готовое тесто разделить на небольшие куски (по 25 г), закатать шарики, уложить на противень, смазанный маслом, дать подойти и выпекать при температуре

180–210 °С.

В толченый чеснок добавить соль, растительное масло, квас, все равномерно перемешать. Полученной заправкой полить свежевыпеченные горячие пампушки.

Киевский борщ

200 г говядины, 200 г баранины, 400 г свежей капусты, 400 г картофеля, 2 свежих помидора или 100 г томат-пюре, 200 г свеклы, 2 ст. ложки фасоли, 2 моченых яблока, 100 г сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла, 20 г сала, морковь, корень петрушки, ломтик корня сельдерея, 1 головка репчатого лука, 1/2 л свекольного кваса, 11/'2 л воды, перец черный (2–3 горошины), лавровый лист, зеленый лук, зелень петрушки, соль.

Говядину залить свекольным квасом и горячей водой и сварить до готовности. Мясо вынуть из бульона и нарезать кусочками, бульон процедить. Помидоры промыть, нарезать, стушить в масле и протереть через сито. Свеклу нарезать соломкой, положить в кастрюлю, добавить мелко нарезанную баранину, бульон, все стушить, периодически помешивая. Коренья и лук нашинковать, спассеровать. Сало растолочь в ступке с зеленым луком и зеленью петрушки. Фасоль (предварительно вымоченную в холодной воде) отварить.

В кипящий бульон опустить нарезанные кубиками картофель и капусту и варить 10 мин, затем добавить протертые помидоры или томат-пюре, тушенную с бараниной свеклу, спассерованные овощи, толченное с зеленью сало, фасоль, нарезанные моченые яблоки, соль, перец, лавровый лист и все довести до готовности.

В тарелки положить кусочки мяса, налить борщ, заправить его сметаной и посыпать зеленью петрушки.

Польский борщ

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 1 кг свеклы, 200 г репчатого и 80 г зеленого лука, 200 г сельдерея, 12–30 г сахара, 60 г жира, 2–3 ст. ложки уксуса, 6 горошин душистого перца, 3 лавровых листа, 90-120 г сметаны, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как борщ без картофеля. Разница заключается в том, что борщ делают без капусты, а из кореньев кладут только сельдерей. Количество лука, свеклы и сельдерея увеличивается. По желанию в борщ можно положить томат-пюре и картофель, а также кусочки отварного мяса, копченой грудинки или ветчины и сосиски.

Литовский борщ

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 1 кг молодой свеклы, 250 г сельдерея с зеленью, 120 г моркови, 150 г репчатого лука, 180 г щавеля, 800 г картофеля, 30 г муки, 60 г жира, 12 г сахара, 2–3 ст. ложки уксуса, 120 г сметаны, 6 лавровых листов, 3 горошины душистого перца, молотый перец и соль по вкусу.

Подготовленное мясо залить холодной водой и поставить варить.

Свеклу очистить, промыть, нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, перемешать, положить в сотейник с небольшим количеством жира и, помешивая, слегка обжарить. Затем в свеклу добавить немного бульона и, изредка помешивая, тушить 1,5–2 часа. Нарезанные соломкой сельдерей, морковь, репчатый лук, а также лавровый лист и душистый перец горошком обжарить в разогретом жире.

Когда мясо будет почти готово, в бульон положить нарезанный дольками картофель, соль и кипятить его 3–5 мин. Затем добавить тушеную свеклу, обжаренные коренья и мучную пассеровку и все еще раз прокипятить. После этого положить нарезанные лапшой листики щавеля и варить борщ до готовности.

Готовый борщ заправить солью, сахаром, молотым перцем и свекольной подкраской.

При подаче к столу положить сметану и рубленую зелень сельдерея. Можно добавить нарезанные сосиски, грудинку или ветчину.

Литовский борщ варят также с домашними или дикими гусями и утками.

Борщ южный с томатами

600 г говядины, 1 небольшой кочан капусты, 1 свекла, 1 луковица, 10 красных свежих помидоров, по 1 пучку укропа и петрушки, 1 ст. ложка муки, 4 ст. ложки сметаны, соль.

В процеженный бульон, сваренный из говядины, положить нашинкованную капусту, свеклу, лук, помидоры. Как только помидоры сварятся, достать их, протереть и опустить в борщ. Положить в него измельченную зелень петрушки и укропа и заправить мукой, растертой с жиром от борща.

При подаче добавить сметану.

Борщ с квашеной капустой

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 850 г свеклы, 500 г квашеной капусты, по 90 г моркови, брюквы и репчатого лука, 60 г корня петрушки и сельдерея, 60 г томата-пюре, 1–2 ст. ложки уксуса, 12–30 г сахара, 30 г муки, 50 г жира, 6 горошин душистого перца, 3 лавровых листа, 120 г сметаны, 60 г зеленого лука, 30 г укропа, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как и со свежей капустой. Разница заключается в том, что одновременно со свеклой тушат на жире и квашеную капусту (почти до готовности). Затем все овощи кладут в бульон и варят борщ до готовности. Уксус в этот борщ можно и не класть, а количество сахара колеблется в зависимости от кислоты квашеной капусты.

Борщ можно варить на грибном, костном, мясном, рыбном бульонах или вегетарианский (на воде).

Борщ из квашеной свеклы

3 кг свеклы, 5 л кипяченой воды для рассола.

Сырую свеклу вымыть, снять кожуру и еще раз промыть, уложить в стеклянную или деревянную тару, залить кипяченой водой, накрыть салфеткой и оставить на несколько дней, пока не заквасится. Затем снять пену, разрезать свеклу, как для борща, и варить ее в полученном рассоле, добавив мясо, соль и сахар по вкусу. При желании добавить лавровый лист.

Свекольный рассол получается очень вкусным, его можно даже пить.

Борщ с репой

500 г говяжьих или телячьих костей, 1 свекла, 4 картофелины, 2 репы, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 3 ст. ложки томата-пюре, 20 г свиного сала или

маргарина, 1 ст. ложка 3 %-ного уксуса, 2 ст. ложки сметаны, специи, соль.

Сварить бульон из костей, добавить нарезанные брусочками картофель и репу и варить до полуготовности. За 10 мин до окончания варки добавить отваренную и нашинкованную соломкой свеклу, спассерованные на свином сале или маргарине репчатый лук, морковь, томат-пюре, специи, посолить и варить на слабом огне до готовности.'

При подаче заправить сметаной.

Зеленый борщ

500 г свинины, 250 г свеклы, 500 г картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 300 г щавеля, 300 г шпината, 100 г сметаны, 2 сваренных вкрутую яйца, 60 г сливочного масла, 1 ч. ложка муки, 1 ст. ложка уксуса, 1 ч. ложка сахара, черный перец (2–3 горошины), лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль.

Свеклу нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, посыпать солью, сахаром, положить в кастрюлю, перемешать, добавить бульон, масло и потушить, периодически помешивая. Морковь, корень петрушки и лук слегка обжарить в масле, добавив муку. Щавель и шпинат перебрать, промыть, нарезать.

В кипящий бульон опустить нарезанный кубиками картофель и варить 10–15 мин, затем добавить тушеную свеклу, обжаренные с мукой коренья и лук, щавель, шпинат, пряности и все довести до готовности.

В тарелки положить кружочки яйца, налить борщ, заправить его сметаной, посыпать мелко рубленную зелень петрушки и укропа.

Свекольник с капустой и крупой

250-300 г свинины или баранины с костями, 1 л воды, 250 г свеклы с ботвой, 100 г свежей капусты, 2 ст. ложки ячневой крупы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 ст. ложки жира, 3 свежих помидора или 2 ст.

ложки томатной пасты, 1 большое кислое яблоко или 2 ст. ложки яблочного пюре, пряные травы, 2 ч. ложки столового уксуса, сметана, зелень, соль.

Из мяса сварить бульон (2–3 часа), процедить. В горячий бульон опустить нашинкованную свекольную ботву, капусту и крупу, варить 10–15 мин. Стебли ботвы порубить, потушить с кореньями в жире, положить в суп и варить до готовности. За несколько минут до окончания варки добавить приправы, нарезанные помидоры или томатную пасту, тертое яблоко или яблочное пюре. Суп довести до кипения.

В готовый суп положить сметану и зелень.

Свекольник с картофелем

300-350 г говядины с костями, 1 л воды, 300 г свеклы, 4 картофелины, 1 морковь, 1 большая луковица, кусочек корня петрушки или сельдерея, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 ст. ложка маргарина или жира, перец или пряные травы, кусочек лаврового листа, сахар, уксус, 2 ст. ложки сметаны, зелень, 60 г колбасы или 2 сосиски, соль.

Из мяса сварить бульон (3–4 часа), процедить. Картофель нарезать, опустить в бульон и варить до полуготовности. Затем нарезать соломкой тушеные ломтики свеклы или свеклу, сваренную целиком, и положить в суп вместе с нарезанными тонкими ломтиками и протушенными в маргарине кореньями и приправами. Томатную пасту тушить вместе с кореньями или со свеклой. Варить суп 8-10 мин, за несколько минут до конца варки добавить отделенное от костей и нарезанное поперек волокон мясо, а также колбасу или другие мясопродукты.

В тарелки положить сметану и посыпать зеленью.

Свекольник с картофелем и фасолью или горохом

250-300 г свинины или баранины с костями, 1 л воды, 300 г свеклы с ботвой, 3 картофелины, 1/3 стакана сухих стручковых или 1 стакан консервированных горошка или фасоли, 2 луковицы, 1 морковь, 1 ломтик

сельдерея, 2 ст. ложки жира, 1 зубчик чеснока, перец или пряные травы, 1 ст. ложка томатного пюре или пряного соуса, 2 ст. ложки сметаны, зелень, 2 сваренных вкрутую яйца, соль.

Из мяса сварить бульон (2–3 часа), процедить. Нарезанный картофель и шинкованную свекольную ботву положить в бульон, варить до полуготовности. Предварительно замоченные на ночь горох или фасоль отварить отдельно до мягкости, затем положить в суп вместе с обжаренными в жире кореньями и стеблями свекольной ботвы, варить 6–8 мин. Посолить, заправить. В тарелки положить сметану, зелень и нарезанные дольками крутые яйца.

Свекольник с фасолью

300-350 г свинины или баранины с костями, 1 л воды, 250 г свеклы, 2 картофелины или 100 г капусты, 1/2 стакана сухой фасоли или бобов (либо 1 банка консервированной фасоли), 1 морковь, 1 луковица, кусочек корня петрушки или сельдерея, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 ст. ложка жира, чабер, мелисса, сахар, уксус, 2 ст. ложки сметаны, зелень, соль.

Из мяса сварить бульон (2–3 часа), процедить. Нарезанные картофель или капусту варить в бульоне до полуготовности, затем добавить нарезанную и обжаренную или сваренную целиком и затем очищенную и нарезанную свеклу, консервированную фасоль или предварительно замоченную и отдельно отваренную сухую фасоль, а также нарезанные и обжаренные в жире коренья. Суп посолить, заправить и варить еще 8-10 мин, затем добавить срезанное с костей и измельченное мясо.

В готовый суп положить сметану и посыпать рубленой зеленью.

Рассольники мясные

Рассольник с говяжьими почками

500 г говяжьих почек, 2 соленых огурца, 2 корня петрушки, 1 стебель сельдерея, 1 головка репчатого лука, 4 картофелины, 2 ст. ложки масла, 100 г щавеля или салата.

С почек снять жир и пленки, разрезать каждую почку на 3–4 части, обмыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и вскипятить. Потом воду слить, почки еще раз обмыть, вновь залить холодной водой и поставить варить на 1–1,5 часа. Очищенные коренья и лук нашинковать в виде соломки и поджарить на масле в суповой кастрюле.

После этого кастрюлю снять с огня, положить в нее очищенные и нарезанные ломтиками соленые огурцы и картофель, нарезанный брусочками, залить процеженным бульоном и на 25–30 мин поставить варить. За 5-10 мин до окончания варки в рассольник добавить для остроты процеженный огуречный рассол, нарезанный щавель (или салат) и соль.

При подаче к столу в рассольник положить почки, нарезанные ломтиками, сметану или сливки и мелко нарезанную зелень петрушки или укроп.

Рассольник можно приготовить на мясном или курином бульоне и подать с куском телятины, баранины, курицы.

Вместо почек можно использовать потроха домашней птицы (гуся, утки, индейки, курицы), тщательно очищенные и нарезанные на части.

Рассольник можно приготовить и на рыбном бульоне и подать с куском отварного судака или осетрины.

Рассольник на костном бульоне

300-350 г суповых костей, 1 л воды, 3 картофелины, 1 корень петрушки, кусочек сельдерея, 1 луковица, 1 лук-порей, 2 ст. ложки жира, 1 соленый огурец, 3 горошины душистого перца или пряные травы, 1/2 лаврового листа, 2 ст. ложки сметаны, 100 г вареного мяса, почек или сердца, соль.

Из суповых костей сварить бульон, процедить. Картофель нарезать брусочками или кубиками, положить в бульон и варить до полуготовности. Затем добавить соленый огурец, предварительно очистив его от кожуры, удалив крупные семена и

нарезав ромбовидными кусочками. Одновременно опустить в бульон нарезанные соломкой и обжаренные в жире коренья. Все варить до готовности, в конце добавить приправы.

Если суп недостаточно кислый, подлить немного огуречного рассола. В готовый суп положить срезанное с костей мясо или отдельно отваренную мякоть, почки или сердце. Мясо нарезать тонкими ломтиками. В тарелки положить сметану.

Московский рассольник

150-200 г говяжьих или телячьих почек, 2 корня петрушки, 1 пастернак или ломтик сельдерея, 1/2 луковицы, 1 крупный лук-порей, 60 г щавеля, 1 л бульона, 60 г шпината, 1 соленый огурец, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана сливок или молока, 1 яичный желток, зелень, перец, соль.

Почки разрезать вдоль пополам, промыть, залить холодной водой, варить 5-10 мин, воду слить, почки опять промыть в холодной воде, положить в холодный бульон и варить до готовности.

Коренья нарезать соломкой и обжарить в масле. Щавель и шпинат перебрать, промыть и нарезать. Соленый огурец очистить, разрезать вдоль, удалить крупные семена, мелкие незрелые семена оставить. Нарезать огурец продолговатыми кусочками.

В кипящий бульон, где варились почки, положить обжаренные коренья, огурцы и приправы и варить 15–20 мин, затем добавить щавель, шпинат и, если суп окажется недостаточно кислым, огуречный рассол. Варить еще 5–8 мин. Почки нарезать довольно тонкими ломтиками и положить в готовый суп. Яичный желток взбить со сливками, залить кипящим супом, посыпать мелко нарубленной зеленью.

Таким же образом варят рассольник с бараниной, телятиной и курятиной.

К рассольнику можно подать соленые ватрушки или бутерброды.

Рассольник с мясом и крупой

1 кг мяса, 3–4 л воды, 300 г соленых огурцов, 50 г

жира, 120 г перловой крупы, 900 г картофеля, 150 г репчатого лука, 60 г лука-порея, по 75 г моркови и брюквы, по 60 г петрушки и сельдерея, 3 лавровых листа, 2 горошины душистого перца, 60–90 г сметаны, 30 г укропа или 60 г зелени петрушки, соль по вкусу.

Обработанное мясо залить холодной водой и довести до кипения. В бульон опустить перебранную, промытую и вымоченную в воде (в течение 2–3 часов) перловую крупу и варить все при слабом кипении. Если мясо сварится раньше крупы, то его вынуть, а кости продолжать варить.

Соленые огурцы вымыть, перезрелые очистить от кожи, разрезать вдоль на 4 части и, если семена крупные, срезать их. Мякоть огурцов нарезать ромбиками и прокипятить 3–8 мин отдельно в бульоне.

Репчатый лук и лук-порей, морковь, брюкву, петрушку и сельдерей очистить, промыть, нарезать брусочками или дольками, слегка обжарить (без изменения цвета) на жире, добавить лавровый лист и душистый перец горошком, снова все обжарить и опустить в суп. Когда суп закипит, положить очищенный и нарезанный дольками или кубиками картофель, проварить 3–5 мин, добавить огурцы с отваром и варить до готовности. Готовый рассольник заправить по вкусу прокипяченным огуречным рассолом и солью.

При подаче к столу в тарелку положить нарезанное кусочками мясо, налить рассольник, добавить сметану и посыпать укропом или зеленью петрушки.

Так же в основном приготовляется рассольник с почками и потрохами.

Рассольник с кукурузой

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 1 кг кукурузы початками или 300 г вареных консервированных зерен, 300 г соленых огурцов, 900 г картофеля, 150 г репчатого лука, 100 г корня петрушки и сельдерея, по 150 г моркови и свежей капусты, 70 г жира, 60 г зелени петрушки или 30 г укропа, 10 г чеснока, 2 лавровых листа, 6 горошин душистого перца, 100 г сметаны, соль и огуречный рассол по вкусу.

Поставить варить мясокостный бульон. Кукурузу очистить,

опустить в кипящую подсоленную воду и отварить. Морковь, петрушку, сельдерей и репчатый лук очистить, нарезать соломкой и обжарить на жире.

Через 1,5–2 часа от начала варки мяса в кипящий бульон положить нашинкованную свежую картофелину, а через 20–30 мин — обжаренные овощи, лавровый лист, душистый перец горошком, очищенный и нарезанный кубиками или дольками картофель. Еще через 3–5 мин добавить очищенные от жесткой кожицы и крупных семян, нарезанные ромбиками и ошпаренные соленые огурцы, вареную кукурузу с отваром и варить все 10–12 мин.

Готовый рассольник заправить прокипяченным и процеженным огуречным рассолом, солью и мелко нарубленным и растертым с зеленью чесноком.

При подаче к столу в рассольник положить сметану, рубленую зелень петрушки или укроп.

Суп-рассольник с кукурузой можно варить на костном бульоне, с рыбой, грибами и вегетарианский (на воде).

Рассольник с телячьей грудинкой и льезоном

1 кг телячьей грудинки, 3–4 л воды, 300 г соленых огурцов, 120 г репчатого лука, 240 г лука-порея, 90 г петрушки, 120 г сельдерея, 600 г картофеля, 60 г сливочного масла, 30 г муки, 2–3 горошины душистого перца, 1,5–2 лавровых листа, 30 г укропа или 60 г зелени петрушки, соль по вкусу.

Для льезона: 1 стакан молока или сливок, 1–2 яйца (желтки), 40 г сливочного масла.

Приготовляется так же, как рассольник с курицей (см. ниже). Телячью грудинку можно заменить бараньей или кроликом. Из готовой грудинки удалить кости, охлажденную мякоть нарезать на порции.

Рассольник с почками и льезоном

500 г говяжьих почек, 2,5–3 л воды, 750 г говяжьих костей, 250 г соленых огурцов, 75 г репчатого лука, 200 г

лука-порея, 75 г корня петрушки, 100 г корня сельдерея, 500 г картофеля, 40 г сливочного масла, 25 г муки, 3 горошины душистого перца, 1 лавровый лист, 25 г укропа или 50 г зелени петрушки, соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана молока или сливок, 1 яйцо (желток), 25 г сливочного масла.

Из костей сварить бульон. Говяжьи или свиные почки залить на 3–4 часа холодной водой (сменить ее 2–3 раза) и затем отварить в несоленой воде. Готовые почки промыть, охладить и нарезать мелкими ломтиками.

В костном бульоне сварить овощи (как в рассольнике с курицей), положить в него сваренные отдельно огурцы, а перед подачей к столу влить льезон, добавить нарезанные почки, нашинкованный укроп или зелень петрушки.

Телячьи почки нежнее, чем говяжьи и свиные, и не имеют запаха аммиака. Их не вымачивают и не отваривают отдельно, а кладут в рассольник сырыми, нарезав мелкими ломтиками, за 30 мин до конца варки.

Рассольник с жареными пирожками из кислого теста

500 г говяжьего мяса, 1 кг телячьей грудинки, 6 яиц, 2 ч. ложки сливочного масла, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 ч. ложка зелени петрушки, 6 соленых огурцов, % стакана огуречного рассола, 100 г пшеничной муки.

Для теста: 3 стакана муки, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 1/4 стакана воды, 1/4 палочки дрожжей, 3 ст. ложки сахара, 1 ч. ложка соли.

Для фарша: 1 кг зеленого лука, 3 яйца, 1 ст. ложка сливочного масла, перец и соль по вкусу; 1,5 стакана жира для жаренья пирожков.

Поставить варить бульон из мяса. Нарезать «лапшой» коренья и лук, обжарить в 1 ч. ложке масла и 100 г муки. Соленые огурцы очистить и нарезать косячками. Коренья, лук и огурцы положить в бульон.

Грудинку отделить от костей, вымыть, нафаршировать, свернуть рулетом, обвязать нитками, сварить в том же бульоне,

снять нитки, нарезать рулет тонкими ломтями, положить в суповую миску и залить супом.

Приготовление фарша для грудинки: 4 вареных яйца мелко порубить, добавить рубленую зелень петрушки, растереть с 1 ч. ложкой сливочного масла, посолить, поперчить, размешать с 2 сырыми яйцами.

Приготовление теста для пирожков: приготовить опару из дрожжей, воды, 1 стакана муки и 1 ч. ложки сахара. Когда опара увеличится по объему вдвое, положить в нее, помешивая веселкой, растопленное масло, соль и яйцо, растертое с сахаром, добавить 2 стакана муки и выбивать тесто до тех пор, пока оно не будет отставать от стенок кастрюли. Накрыть его чистым полотенцем. Когда тесто подойдет, выложить его на посыпанную мукой доску, хорошо выбить, дать еще подойти, затем разделить на 2 части, раскатать каждую в пласт толщиной в мизинец. На один из пластов положить комочки фарша, накрыть другим пластом и вырезать круглой выемкой пирожки, дать им подойти 15–20 мин. Растопить жир в кастрюльке и опускать туда пирожки, обжаривая их до появления румяной корочки.

Приготовление фарша для пирожков: зеленый лук очистить, обрезать корни, хорошо промыть под краном, обсушить на полотенце, мелко нарезать и поджарить на сковороде в масле (сок должен выпариться, а лук остаться зеленым). Добавить рубленые вареные яйца, соль, перец, перемешать, остудить и разложить на тесте.

Рассольник и сырные кексы

500 г мяса, 1 курица, 2 почки говяжьи, 6 соленых огурцов, 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. ложка манной крупы, 1 ст. ложка рубленого укропа, огуречный рассол по вкусу.

Для клецек: 1/4 стакана масла, 1/4 стакана воды, 1/3 стакана пшеничной муки, 3 яйца, соль по вкусу.

Для кексов: 200 г пшеничной муки, 150 г сыра, 150 г сливочного масла, 2 желтка, перец и соль по вкусу.

Поставить варить бульон из мяса с поджаренными морковью и луком. Снять пену, положить в бульон курицу и варить до готовности. Затем вынуть ее и положить в холодную подсоленную воду. Бульон процедить, добавить по вкусу огуречный рассол,

вскипятить и положить в него все гарниры. Почки залить кипятком, воду вскипятить, слить ее, снова залить уже холодной водой и сварить до готовности; затем нарезать на мелкие кусочки. Манную крупу залить большим количеством подсоленного кипятка. Вскипятить и откинуть на сито, обдать холодной водой и дать стечь воде. Соленые огурцы очистить от кожицы и крупных семян, нарезать поперек тонкими дольками и отварить их отдельно в кипятке до мягкости.

Для клецек вскипятить масло в подсоленной воде, всыпать в кипяток все количество муки и размешать тесто на огне так, чтобы оно подсохло. Снять с огня, немного остудить и втереть в тесто яйца, вбивая по одному. Готовое тесто разделывать двумя чайными ложками: одной брать тесто (горкой), а другой горячей ложкой снимать с нее в приготовленный соленый кипяток. Кипятить клецки нужно на несильном огне, иначе они потеряют форму. Сварившиеся клецки всплывут на поверхность, их надо хорошо отцедить от воды и вместе со сваренными почками и огурцами опустить в бульон. Туда же добавить курицу, нарезанную порционными кусками (по количеству обедающих).

Приготовление сырных кексов: ножом порубить муку с маслом, добавить натертый на терке острый сыр и желтки. Хорошо перемешать. Раскатать тесто в пласт, толщиной в палец, вырезать из него кружки выемкой, смазать разболтанным яйцом, сверху слегка посыпать натертым сыром и испечь в хорошо нагретой духовке. Подавать горячими на салфетке, положенной на плоскую тарелку.

Солянки мясные

Мясная солянка

400-500 г говяжьих костей, 1 л воды, 100 г жареной или вареной говядины либо телятины, 50 г ветчины, 50 г сосисок, 100 г вареных почек, 2 луковицы (100 г), 1 соленый огурец, 1 ст. ложка каперсов, 2 ст. ложки маслин, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки томатной пасты, 3 ст. ложки сметаны, 4 ломтика лимона, 1 ст. ложка рубленой зелени, 5 горошин черного перца, 1 лавровый лист, соль.

Кости и сырое мясо положить в холодную воду, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне. Лук нарезать

соломкой и обжарить в масле, добавить томатную пасту и продолжать жарить еще 5–6 мин. Соленый огурец очистить от кожуры, удалить семена, нарезать тоненькими кусочками. Бульон процедить и вновь довести до кипения. Мясо, ветчину, сосиски и почки нарезать тонкими ломтиками, положить в кипящий бульон вместе с луком, соленым огурцом, каперсами и маслинами, добавить перец и лавровый лист и варить 5-10 мин. В конце варки посолить.

Разливая в тарелки, положить ломтик лимона, сметану и зелень.

Мясная солянка с грибами

600 г мяса, 400 г телятины, 200 г вареной ветчины, 50 г томата, 50 г маринованных грибов, 50 г маслин, 50 г маринованных огурцов, 2 ст. ложки пшеничной муки, 150 г сливочного масла, 200 г сметаны, по 1 ст. ложке рубленой зелени петрушки и укропа, 1 луковица, перец и соль по вкусу.

Сварить бульон из говядины, лука и кореньев. Телятину изжарить на масле куском. Полученный от жаренья телятины сок слить в бульон. Маринованные грибы нарезать тонкими ломтиками, из маслин удалить косточки, огурцы нарезать тонкими кружочками и все потушить в масле, закрыв крышкой.

Остывшую телятину и ветчину нарезать тонкими ломтиками. 50 г муки и столько же масла растереть на сковороде и слегка подрумянить на огне; разбавить бульоном (2 стакана). Весь бульон процедить через сито, соединить с приготовленной мукой, томатом, сметаной, маринадами и прокипятить 5-10 мин. Добавить нарезанные ветчину и телятину, еще раз прокипятить.

Перед подачей к столу посыпать солянку зеленью укропа и петрушки.

Сборная мясная солянка (вариант 1)

500 г костей, 200 г мяса, 100 г вареной ветчины (окорок со шкуркой), 70 г сосисок, 120 г вареных почек, 200 г репчатого лука, 100 г соленых огурцов, 180 г каперсов, 80 г маслин, 80 г томата-пюре, 50 г сливочного

масла, 100 г сметаны, перец черный (2–3 горошины), лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль.

Из мяса и костей сварить бульон. Лук нарезать соломкой и спассеровать в масле с томатом-пюре. Огурцы очистить, нарезать кубиками. В процеженный бульон опустить пассерованный лук и огурцы, бульон поварить 4–5 мин, затем добавить в него перец, лавровый лист, нарезанные ломтиками ветчину, сосиски, почки, каперсы и немного маслин без косточек.

В тарелки положить маслины, по кружочку лимона без цедры, налить солянку, заправить ее сметаной, зеленью петрушки и укропа.

Сборная мясная солянка (вариант 2)

700 г мясных костей, 200 г мяса, 100 г вареной ветчины (окорок со шкуркой), 100 г сосисок, 250 г почек, 250 г репчатого лука, 150 г соленых огурцов, 50 г каперсов, 125 г маслин, 40 г оливок, 125 г томата-пюре, 50 г сливочного масла, 150 г сметаны, 1/2 лимона, лавровый лист, перец горошком, зелень, соль.

Лук нашинковать и спассеровать на сливочном масле, добавить томат-пюре и продолжать пассерование 5–8 мин.

Огурцы очистить от кожицы и, разрезав вдоль, удалить семена, а затем нарезать поперек.

В кипящий бульон положить гарнир: лук, огурцы, каперсы, оливки, а также мясные продукты и специи и варить 5-10 мин. В конце варки в солянку добавить соль и сметану.

В тарелку с солянкой положить маслины, ломтик лимона, зелень или подать их отдельно.

Солянка мясная сборная без томата

600 г мяса с костью, 3–4 л воды, 200 г отварной ветчины, 300 г сосисок, 300 г соленых огурцов, 200–300 г репчатого лука, 120 г каперсов, 4–6 лавровых листов, 6-12 горошин душистого перца, 60 г жира или сливочного масла, 60 г зеленого лука или 30 г укропа, соль по вкусу.

Для льезона: 100 г сметаны или 200 г сливок, 1 яйцо (желток), 30 г сливочного масла.

Приготовляется так же, как указано с предыдущем рецепте, только в солянку не кладут томат. Кроме того, перед подачей на стол в готовую горячую (но не кипящую) солянку вводят льезон.

Солянка по-старинному

300 г говядины, 100 г ветчины, 200 г репчатого лука, 150 г соленых огурцов, 50 г каперсов, 100 г оливок, по 50 г корня сельдерея и петрушки, 150 г сметаны, 50 г сливочного масла, 2 л бульона.

Готовить так же, как солянку мясную сборную, но без томата. При варке добавить мелко нарезанные коренья сельдерея и петрушки.

Мясная солянка с заварными клецками

500 г готовых мясных продуктов (говядины, языка, бараньей колбасы или копленой баранины), 150 г репчатого лука, 150 г соленых огурцов, 50 г сливочного масла, 125 г томата-пюре, перец, лавровый лист, зелень.

Для клецек: 100 г пшеничной муки, 15 г сливочного маслау 1 яйцо у 150 мл бульона.

Репчатый лук нашинковать и спассеровать на масле, добавить томат-пюре и продолжить пассерование 5–8 мин. Соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян, нарезать тонкими ломтиками и соединить с пассерованным луком, вареными нарезанными мясными продуктами: говядиной, языком, бараньей колбасой или копченой бараниной. Все это залить готовым процеженным мясным бульоном, положить перец, лавровый лист, соль, мучные заварные клецки и варить 5-10 мин.

Подавать солянку со сметаной и мелко нарезанной зеленью.

Гороховые и фасолевые супы с мясными продуктами

Супы из бобовых с ветчиной

Гороховый суп с гренками

500 г ветчинных голяшек, 400 г лущеного гороха, 1 ст, ложка муки, 1 ст. ложка сливочного или топленого масла, 10 тарелок воды.

Для гренков: 1/2 городского батона, 1 ст. ложка топленого масла.

Разрубленные голяшки и горох залить холодной водой и поставить на средний огонь. Когда горох совершенно разварится, посолить суп и заправить мукой с маслом, разбавленным бульоном. Вскипятить и подавать с гренками.

Приготовление гренков: срезать с булки все корки, нарезать ее тонкими ломтиками, сложить один на другой и нарезать мелкими кубиками. Положить на сковороду, сбрызнуть растопленным маслом и зарумянить их в духовке.

После прибавления мучной заправки гороховый суп необходимо помешивать. То же делать, если суп придется разогревать, иначе он подгорит, причем его нельзя ставить на огонь, не перемешав предварительно, так как горох с заправкой тяжело ложится на дно.

Суп из сушеного горошка (Бельгия)

Ветчинная кость, 300 г лущеного гороха, 2 головки репчатого лука, 1 стебель лука-порея, 1 корень сельдерея, 1 пучок кореньев для супа (набор), 1 веточка тимьяна, черный перец, 2 ст. ложки жира, немного измельченного на терке мускатного ореха, несколько бутонов гвоздики, соль.

Залить горох довольно большим количеством воды и варить на слабом огне приблизительно 3 часа, прибавив репчатый лук, крупно нарезанный, стебель лука-порея, также крупно нарезанного, небольшой корень сельдерея, пучок кореньев для супа, веточку тимьяна, соль, черный перец, 2 ст. ложки жира, немного измельченного на терке мускатного ореха, гвоздику и

ветчинную кость. Затем кость вынуть, а овощи протереть через сито. Суп подать с мелко нарезанными гренками.

Французский суп «гарбюр»

Ветчина или копченая грудинка, 250 г фасоли или гороха, 250 г брюссельской капусты, 1 морковь, 2–3 ст. ложки гусиного жира, тимьян, зелень петрушки, лавровый лист, черный молотый перец, соль.

Замоченную накануне фасоль сварить в подсоленной воде до мягкости. Смешать с нарезанной капустой, морковью, ветчиной или копченой грудинкой и варить до готовности. В конце варки суп поперчить, посолить, добавить зелень петрушки, тимьян и лавровый лист. В готовый суп положить гусиный жир.

Супы из бобовых с говядиной

Мясной гороховый суп

500 г мяса, 250 г гороха, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла.

Сварить мясной бульон. Замоченный заранее горох положить в бульон и варить около 1,5 часа.

Промытые и очищенные коренья и лук нарезать мелкими кубиками, слегка поджарить на масле и за 15–20 мин до подачи к столу положить в суп, добавив соль.

Гороховый суп можно варить с ветчиной или копченой свиной грудинкой.

Гороховый суп подают с гренками, приготовленными из белого хлеба, нарезанного кубиками.

Мясной суп с горохом и ячневой крупой

1 кг мяса, 200 г гороха, 150 г картофеля, 100 г перловой или ячневой крупы, 1 морковь, 1 луковица,

соль.

Мясо с косточками промыть, залить холодной водой, добавить лук, морковь, петрушку и кипятить на маленьком огне. Позже добавить перемытую ячневую крупу и картофель. Горох предварительно замочить на 2–3 часа, сварить его в той же воде до готовности и затем соединить с основным супом и прокипятить.

Можно варить одновременно мясо с горохом, но тогда часто случается, что переваривается мясо и не доваривается горох.

Угро по-таджикски (гороховый суп с лапшой)

300 г говядины, 3/4 стакана гороха, 5 картофелин, 2 луковицы, 120 г лапши, 1 яйцо, 100 г корнеплодов, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки жира, 3/4 стакана кислого молока (простокваши), специи, соль.

В кипящий бульон положить предварительно замоченный горох, а через 30–40 мин — картофель, нарезанный крупными ломтиками.

Затем добавить лапшу, нарезанные соломкой и поджаренные корнеплоды, лук, томат, специи и варить до готовности.

Блюдо заправить кислым молоком (простоквашей) и подать к столу с отварным мясом и яйцом.

Мясной суп с горохом и фасолью

1 кг мяса, 200 г гороха, 200 г фасоли, 1 луковица, соль.

Мясо залить холодной водой и кипятить на маленьком огне. Горох и фасоль предварительно замочить на 10–12 часов. Прибавить к супу вместе с водой, где они были замочены, и кипятить вместе. Мясо желательно взять пожирнее.

Суп из фарша с горохом и фасолью

200-250 г фарша, 50–60 г копченого сала или

грудинки, 3/4 стакана сухого гороха или фасоли, 1 л воды, 1 морковь, 1/2 луковицы, кусочек петрушки или сельдерея, 1 ст. ложка крупы, пряные травы (душица, майоран} чабер), соль.

Горох или фасоль замочить на ночь в холодной воде, довести в этой же воде до кипения, затем добавить промытую крупу.

Сало нарезать мелкими кубиками, обжарить до золотистого цвета, в жир положить фарш и натертую на крупной терке либо нарубленную морковь, лук, сельдерей, все обжарить. Когда горох будет почти готов, положить в суп мясо и обжаренные с салом коренья, заправить и варить до готовности.

Суп можно сварить и с консервированным горохом или фасолью. Их берут по 1–1,5 стакана, добавляют вместе с горячей водой к обжаренному в жире мясу и кореньям, доводят до кипения и варят все вместе до готовности (5-10 мин), затем заправляют.

Мясной суп из бобов с грудинкой

1 кг мяса, 200–300 г бобов, 1 луковица, 1 большая морковь, соль.

Бобы предварительно замочить на сутки. Грудинку вымыть, залить холодной водой, добавить лук, морковь и варить вместе с бобами до готовности бобов и мяса.

Супы из бобовых со свининой

Гороховый суп со свининой

300-350 г свинины, 100–150 г копченого мяса, шкурки или костей, 1 л воды, 1 стакан гороха, 1 луковица, 2 моркови, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки ячневой или перловой крупы либо овсяных хлопьев, 2 горошины душистого перца, соль.

Мясо и кости залить холодной водой, довести до кипения, снять пену. Горох замочить в холодной воде на ночь и положить в бульон вместе с перловкой (другие крупы кладут, когда горох

наполовину разварится). Коренья мелко нарубить, морковь нарезать кружочками или кубиками и обжарить в жире, снятом с бульона. Положить в суп за 5–8 мин до окончания варки. Коренья можно класть и в сыром виде, тогда их придется варить 20–30 мин. Мясо вынуть, нарезать мелкими кубиками, положить в суп, кости и кожу удалить.

Гороховый суп с соленой свининой (Швеция)

500 г соленой свинины, 1 стакан лущеного гороха, 4 стакана воды, 200 г шпика, 1 головка репчатого лука, несколько бутонов гвоздики, мускатный орех, горчица, соль.

Замочить на сутки стакан лущеного гороха, залив его 4 стаканами воды. Затем горох варить вместе с промытой соленой свининой, шпиком, добавив головку репчатого лука (воткнуть в нее несколько штук гвоздики) и измельченный на терке небольшой мускатный орех. Варку продолжать приблизительно 3 часа на слабом огне. При необходимости добавлять понемногу воды. Доведя мясо и шпик до готовности, вынуть их, нарезать кусочками и снова положить в бульон. Суп подать горячим с горчицей.

Разные мясные супы

Супы с говядиной

Мясной суп из щавеля с кореньями

500 г мяса, 400 г щавеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, яйца, соль.

Сварить мясной бульон. Коренья и лук очистить, нарезать мелкими кубиками, положить в суповую кастрюлю и слегка поджарить на масле или на жире, снятом с бульона. Затем прибавить муку и снова слегка поджарить. Щавель перебрать, промыть, сложить в другую кастрюлю, подлить немного воды,

покрыть крышкой и на 10 мин поставить тушить. После этого щавель пропустить через мясорубку или протереть через сито, смешать с поджаренными кореньями, залить мясным бульоном, добавить соль, размешать и варить 15–20 мин.

При подаче к столу в тарелку с супом положить сметану и сваренное в мешочек яйцо, укроп или зелень петрушки.

Суп можно подать и с мясом; в этом случае следует в тарелки положить по половине яйца, сваренного вкрутую.

Щавель на мясном бульоне

500 г мяса, 500 г щавеля, сахар, соль.

Мясо отварить, щавель перебрать, тщательно перемыть, сварить с мясом, затем мясо вынуть, щавель протереть через сито, снова прокипятить, добавив сахар по вкусу. Отварить яйцо, размельчить зеленый лук, заправить суп перед подачей.

Мясной суп из крапивы

500 г говядины с костями, 300 г молодой крапивы, 200 г щавеля, 1 небольшая морковь, корень петрушки, корень сельдерея, 1 головка репчатого лука, 1/2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка жира, 2–3 сваренных вкрутую яйца, 3 ст. ложки сметаны, зелень петрушки и укропа, соль.

Из мяса и костей сварить бульон. Крапиву промыть, опустить в кипящую воду и варить 5 мин, после чего откинуть на дуршлаг или сито и дать стечь воде. Щавель промыть и пропустить вместе с отваренной крапивой через мясорубку. Тонко нарезанные морковь, коренья и лук обжарить на жире, опустить вместе со щавелем и крапивой в бульон, суп поставить на огонь и варить 10–15 мин. В тарелки положить по дольке яйца, налить суп, заправить его сметаной, зеленью петрушки и укропа. К супу подать вареный, обжаренный в масле картофель, посыпанный мелко рубленной зеленью.

Мясной зеленый суп с картофелем

300-400 г говядины или свинины с костями, 1 л воды, 1 луковица, 1/2 моркови, кусочек сельдерея или петрушки, 4 картофелины, 200 г зелени (шпината, щавеля, сныти, молодой крапивы и пр.), 1 ст. ложка жира, 2 ст. ложки сметаны, пряные травы, 3 яйца, соль.

Мясо залить холодной водой, довести до кипения, снять пену. Варить до тех пор, пока оно не начнет легко отделяться от костей, затем процедить. В бульон положить нарезанный картофель. Коренья мелко изрубить, обжарить в жире, добавить к полуготовому картофелю. Хорошо промытую зелень мелко изрубить и положить в суп за 5–8 мин до окончания варки. Заправить суп. В тарелки положить сметану, кусочки мяса, при желании также взбитое яйцо или сваренное вкрутую и разрезанное на дольки яйцо.

Мясной зеленый суп с крокетами из яиц

1 кг мяса, 8,5 стакана воды, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны, 2 желтка, 500 г щавеля, 1 луковица, 1 петрушка, 1 репа, 1 морковь, 1 ст. ложка пшеничной муки, соль по вкусу.

Для крокетов: 6 яиц, 3/4 стакана молока, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, по 1 ч. ложке зелени петрушки и укропа, соль и перец по вкусу, 2 яйца для панировки, 1 стакан панировочных сухарей, 1,5 стакана смальца для жаренья.

Мясо вымыть, нарезать на небольшие куски. Кости вырезать и положить на дно кастрюли, на них положить мясо, залить водой и поставить на сильный огонь. Когда бульон закипит, снять пену.

Очищенные коренья и лук нарезать, обжарить в масле до золотистого цвета, опустить в бульон, посолить, дать ему вскипеть, после чего уменьшить огонь и держать бульон на слабом огне 3 часа, не давая бульону кипеть, иначе он будет мутным. Когда мясо совершенно выварится, вынуть его из бульона, бульон процедить.

Стебли щавеля отрезать от листьев, выложить в маленькую кастрюльку, добавить 1 ч. ложку масла, накрыть крышкой и тушить до мягкости. Затем протереть через дуршлаг и смешать сок с мукой, растертой с маслом, вскипятить.

Лук мелко нарезать, поджарить в масле, добавить мелко

нарезанные листья щавеля, потушить под крышкой до мягкости, соединить с соусом, приготовленным из сока стеблей щавеля, развести всем количеством бульона, вскипятить. После этого поставить кастрюлю с супом на сковороду с кипящей водой, заправить суп сметаной, размешанной с желтками, и не давать кипеть. Перед подачей опустить в суп 1 ст. ложку сливочного масла. Подать к супу крокеты из яиц.

Приготовление крокетов из яиц: муку и масло посолить, растереть, залить 3/4 стакана молока. Кипятить до густоты. Добавить мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца, поперчить, смешать с зеленью. Массу размазать по плоской тарелке и поставить на холод, чтобы она хорошо застыла. Застывшую массу нарезать ровными квадратиками, скатать в шарики, обвалять в муке, затем во взболтанных яйцах и сухарях. Погрузить крокеты в растопленный смалец и обжарить до золотистого цвета. Уложить пирамидой на плоской тарелке и подать горячими.

Мясной суп с клецками и кореньями

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, по 70-120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 50 г сельдерея и петрушки, 30 г жира, 1 лавровый лист, 2 горошины душистого перца, 30 г укропа или 60 г зелени петрушки или сельдерея, соль по вкусу.

Для клецек: 1 яйцо, 25 г сливочного масла, 120 г пшеничной муки, 1 стакан бульона.

Сварить мясной бульон. За 30 мин до окончания варки положить в него нарезанные кубиками и брусочками слегка обжаренные на жире репчатый лук, морковь, брюкву, сельдерей, петрушку, лавровый лист и душистый перец горошком.

Приготовить клецки: в небольшую кастрюлю процедить стакан бульона, добавить в него столовую ложку сливочного масла (25 г), соль и вскипятить. Затем всыпать просеянную муку, замесить тесто, прогреть его 1–2 мин на огне, немного охладить, вбить яйцо и снова хорошо вымесить.

Через 15–20 мин после того, как в бульон были положены коренья, опустить туда клецки. Для этого левой рукой взять тесто на столовую ложку и обровнять его о борт кастрюли. Другой ложкой, смоченной в бульоне, отрывать от теста кусочки и опускать их в бульон.

После того как клецки поднимутся на поверхность, проварить суп еще 2–3 мин и снять с огня. Готовый суп заправить по вкусу солью.

При подаче к столу в тарелку положить кусочек мяса, залить его супом и посыпать укропом или зеленью петрушки или сельдерея.

Клецки можно сделать и из манной крупы. В этом случае берется меньше масла и больше яиц.

Для приготовления супа можно использовать костный бульон, в суп можно положить картофель (за 15–20 мин до конца варки).

Мясной суп с картофельными клецками

1 кг мяса, 1 морковь, 1 луковица, 800 г картофеля, сало, шкварки по вкусу.

Мясо залить холодной водой, добавить лук, морковь, петрушку. Натереть сырую картошку, отжать ее, всыпать немного муки, ввести сырое яйцо, раскатать кружочки, заполнить их куриным жиром со шкварками и жареным луком, закатать шариками и опустить их в кипящий суп. Минут через 20 суп готов.

Картофельные клецки можно приготовить из вареного картофеля: картофель очистить, отварить, добавить муку, яйцо, соль, перец, куриные шкварки, жареный лук, разделать шарики и варить в кипящем супе. Минут через 15 суп готов.

Мясной суп со свежими кореньями и картофелем

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, по 90-150 г репчатого лука, моркови и репы, 70 г петрушки с зеленью, 70 г сельдерея, 1 кг картофеля, 50 г жира, 1–2 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, 30 г укропа, соль по вкусу.

Обработанное мясо залить холодной водой и поставить варить. Через 2,5 часа в бульон положить обжаренные на жире репчатый лук, морковь, репу, петрушку, сельдерей, душистый перец горошком и лавровый лист, прокипятить его 5-10 мин,

добавить нарезанный кубиками или дольками картофель и варить до готовности. Перед подачей к столу суп окончательно заправить солью, посыпать зеленью петрушки или сельдерея и укропом.

Особенно вкусен этот суп с молодым картофелем и свежими кореньями.

Суп можно приготовить также на костном отваре и вегетарианский. В последнем случае коренья рекомендуется обжаривать на масле и при подаче к столу в тарелки с супом добавлять сметану (по 15–20 г на порцию).

Суп в горшочке

600 г мяса, 200 г ветчины, 10 тарелок воды, 1 луковица, 1 репа, 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, 800 г свежей капусты, 5 картофелин, 4 помидора, пучок зелени укропа и петрушки, соль.

Сварить мясо по полуготовности без кореньев. Лук и коренья нарезать соломкой. Ветчину нарезать тонкими ломтиками. Так же порезать мясо, вынутое из бульона. Помидоры порезать каждый на 8 частей и промыть в холодной воде, чтобы удалить зерна. Капусту нарезать вместе с кочерыжкой тонкими крупными ломтями. Картофель очистить и не резать. В обливной горшок положить рядами ветчину, коренья, вареное мясо, капусту. В середину гарнира положить связанные в пучок зелень укропа и петрушки. Сверху положить помидоры и цельный картофель. Все это залить бульоном, плотно закрыть крышкой и поставить на 1,5 часа в духовку со средним жаром, чтобы суп не кипел, а «томился».

Подавать суп в горшочке, вынув пучок зелени.

Мясной картофельный суп

500 г мяса, 800 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки масла, лавровый лист, перец, соль.

Сварить мясной бульон. Очищенные коренья и лук нарезать ломтиками и поджарить на масле или на жире, снятом с бульона. Картофель нарезать кубиками, положить вместе с поджаренными кореньями и луком в кипящий бульон, добавить соль, лавровый

лист, перец и варить 25–30 минут.

При подаче к столу суп посыпать укропом или зеленью петрушки.

Картофельный суп можно готовить не только на мясном, но и на рыбном или грибном бульоне. В картофельный суп, приготовленный на грибном бульоне, при подаче к столу положить нашинкованные грибы, а в суп, сваренный на рыбном бульоне, — кусок отварной рыбы.

Мясной картофельный суп с крупой

300-400 г говядины или баранины с костями, 1 л воды, 4 картофелины, 1/2 стакана ячневой крупы, перловки или риса, 2 луковицы, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка жира, пряные травы, рубленый укроп или зелень петрушки, 2 ст. ложки сметаны, перец, соль.

Мясо залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне. Через час засыпать ячневую крупу, остальные крупы класть вместе с картофелем, когда мясо станет полумягким. Вместе с картофелем кладутся в суп и измельченные коренья, обжаренные в жире. Варить до тех пор, пока все продукты не будут готовы, затем мясо вынуть, отделить от костей, нарезать мелкими кусочками и положить обратно в суп. Суп заправить. Готовый суп посыпать мелко рубленной зеленью, при желании положить сметану.

Русский мясной суп

800 г мяса, 10 картофелин, 100 г перловой крупы, 2 луковицы, 2 моркови, 1 петрушка, 1 репа, 1 сельдерей, соль по вкусу.

Сварить мясной бульон. Отдельно приготовить коренья, картофель и перловую крупу. Все коренья очистить, порезать соломкой, облить кипятком, дать постоять 5 мин, слить воду, положить коренья в сковороду, добавить кусочек масла, влить 1 стакан бульона и тушить в духовке, закрыв крышкой. Лук мелко нарезать, поджарить и положить в бульон. Когда коренья

наполовину утушатся, прибавить к ним так же нарезанный картофель и тушить все вместе до готовности. Перловую крупу промыть в нескольких водах, залить холодной водой так, чтобы она покрыла крупу. Посолить и поставить на сильный огонь. Когда вода закипит, сделать слабый огонь и, подливая кипяток, если вода выкипает, сварить крупу до готовности; затем откинуть ее на дуршлаг и хорошо промыть холодной водой из-под крана. Дать воде хорошо стечь. Приготовленные гарниры залить процеженным бульоном, добавить нарезанное на порции мясо, поставить суп на огонь и прокипятить.

Мясной суп с картофелем и перловой крупой

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 120 г перловой крупы, 1 кг картофеля, по 70-120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 30 г петрушки и сельдерея, 50 г жира, 2 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 30 г укропа или 60 г зелени петрушки, соль по вкусу.

Перловую крупу перебрать, промыть, залить холодной водой (воды берут примерно в 4 раза больше, чем крупы) и вымачивать 2–3 часа. Обработанное мясо залить холодной водой и поставить варить. Через 1–1,5 часа после закипания бульона опустить в него набухшую перловую крупу. Еще через час нарезанные мелкими кубиками репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, лавровый лист, душистый перец горошком слегка поджарить на жире и положить в суп. Прокипятить его 5-10 мин, добавить нарезанный дольками или кубиками картофель и варить все до готовности.

Перед подачей к столу суп заправить солью и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

Чтобы придать супу большую прозрачность, крупу надо варить отдельно в кипящей подсоленной воде (до полуготовности), затем откинуть ее на сито, промыть и доваривать вместе с картофелем в супе.

Этот суп можно приготовить на костном или рыбном бульоне.

Мясной суп с картофелем и рисом

1 кг мяса с костью (6 порций), 3–4 л воды, 120 г

риса, 1 кг картофеля, по 70-120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 50 г петрушки и сельдерея, 50 г жира, 2 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 30 г укропа или 60 г зелени петрушки и сельдерея, соль по вкусу.

Сварить мясной бульон. Рис перебрать, хорошо промыть и опустить в бульон к почти готовому мясу. Нарезать мелкими кубиками, брусочками или соломкой репчатый лук, морковь, брюкву, сельдерей, петрушку, лавровый лист и душистый перец горошком слегка обжарить на жире и положить в суп. Через 5-10 мин в него добавить нарезанный дольками картофель и варить еще 12–15 мин. Готовый суп заправить по вкусу солью, при подаче посыпать укропом, зеленью петрушки или сельдерея.

Так же приготовляют суп с пшеном, которое перебирают, 3–4 раза промывают в теплой воде и потом уже закладывают в бульон.

Для супа могут быть использованы костный и рыбный бульоны.

Суп из говядины (Австрия)

500 г говядины, 3 головки репчатого лука, 2 ст. ложки смальца, 1/2 ч. ложки сладкого молотого красного перца, 2 кофейные чашечки муки, по 1 ч. ложке тмина и майорана, 2 зубчика чеснока, 500 г картофеля, соль.

Очистить репчатый лук, натереть его на мелкой терке и обжарить в кастрюле со смальцем до образования золотистого цвета. Затем прибавить 1/2 ч. ложки сладкого молотого красного перца и влить 2 стакана воды. Варить лук 20 мин и протереть через сито. В кастрюлю положить говядину, нарезанную небольшими кусочками, и тушить приблизительно 50 мин на слабом огне. Посыпать 2 кофейными чашечками муки и влить побольше воды. Доведя до кипения, прибавить по чайной ложке тмина и майорана, измельченный чеснок и соль по вкусу. Минут через 20 положить картофель, очищенный и нарезанный кубиками. Довести картофель до готовности, снять суп с огня и подать.

Мясной суп с цветной капустой

500-700 г мяса, 2 головки цветной капусты среднего размера, 1 пучок моркови, 1 стебель сельдерея, 1–2 корня петрушки.

Сварить мясной бульон. Цветную капусту разобрать на отдельные кочешки (если кочешки крупные, то разрезать их на 2–4 части), морковь нарезать кружочками и все положить в процеженный бульон. Затем добавить сельдерей, соль и варить на слабом огне 20–30 мин. За 2–3 мин до окончания варки стебли сельдерея вынуть и посыпать суп мелко нарезанной зеленью петрушки.

В суп в начале варки можно добавить 1,5–2 ст. ложки риса.

К супу подать пирожки или пирог с начинкой из говядины или ливера.

Суп с голубцами

500 г мяса, 1/2 стакана риса, 2 луковицы, 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, 1 ст. ложка томата, 2 ст. ложки масла топленого, 1 небольшой кочан свежей капусты, 1 стакан сметаны, перец, соль по вкусу.

Сварить бульон из костей с кореньями и луковицей. Снятое с костей мясо пропустить через мясорубку, добавить поджаренный в масле лук. Рис облить кипятком 2–3 раза, каждый раз давая постоять в кипятке до полного остывания. Смешать рис с фаршем, посолить, поперчить, добавить 1/2 стакана воды и хорошо перемешать. Кочан капусты обмыть, залить кипятком и кипятить 5-10 мин. Остудить, вырезать кочерыжку, разобрать кочан на отдельные листья. Если они очень крупные, разрезать пополам, отбить молотком толстые части. Разложить на листьях мясной фарш, хорошо завернуть его. Полученные голубцы должны быть величиной немного больше грецкого ореха. Каждый голубец обвязать ниткой. Слегка обжарить голубцы, сложить в низкую кастрюльку, добавить томат, закрыть крышкой и на небольшом огне тушить до готовности. Перед подачей вынуть голубцы, снять нитки, сложить голубцы в миску, залить соком, в котором они тушились. Залить бульоном, заправить сметаной и подавать.

Мясной капустный суп по-шотландски

300 г говядины, 1 кочан капусты, 1,5 л воды, 1 лавровый лист, 4 горошины перца, 1 луковица, 4 ст. ложки овсяной муки, зелень петрушки, соль, гренки.

Сварить мясной бульон с добавлением пряностей и лука, процедить и отварить в нем мелко нарезанную капусту до готовности. Овсяную муку развести небольшим количеством холодной воды и влить в суп, размешивая. Мясо мелко нарезать и добавить в суп.

При подаче посыпать суп зеленью петрушки и добавить гренки.

Суп-сапсо по-корейски

250 г говядины или свинины, 500 г свежей белокочанной капусты, 10 г зеленого лука, 150 г моркови, 50 г саго, 1 зубчик чеснока, 2 ч. ложки сахара, перец, 1 ст. ложка муки, соль.

В мелко нарезанное мясо добавить лук, сахар, соль, перец и оставить на 1 час, затем добавить немного воды и тушить 10 мин. Добавить нарезанную соломкой морковь, а через 5 мин — капусту, лук, воду и варить до готовности. В суп добавить предварительно отваренное саго, заправить жареной мукой, всыпать соль, перец и дать закипеть.

Сапсо подавать к столу в горячем виде со сливочным маслом.

Суп из брюссельской капусты с мясом

250 г говядины, 300 г брюссельской капусты, по 30 г сливочного масла или маргарина и муки, 1 луковица, 250 г помидоров, перец красный, перец душистый, лавровый лист, соль.

Мясо отварить, добавить в отвар поджаренную и разведенную бульоном муку, положить лавровый лист, душистый перец, прокипятить.

Затем добавить очищенные от кожицы и нарезанные

дольками помидоры и кочанчики капусты. Варить 10–15 мин.

Морковно-мясной суп с зеленым горошком

1 кг мяса, 600–700 г моркови, 4–5 ст. ложки зеленого консервированного горошка, соль.

Мясо залить холодной водой, поварить с полчаса, затем нарезать морковь соломкой, тщательно промыть и ввести в суп. Варить еще минут 40, затем (при желании) заправить поджаренной в сале мукой.

Если морковь не очень сладкая, можно добавить около 200 г сахара. Зеленый горошек добавить в конце варки.

Мясной суп с овощами

500 г мяса, 500 г картофеля, 200 г свежей капусты, по 200 г помидоров и кореньев с луком, 2 ст. ложки масла, 100 г салата или шпината, соль.

Сварить мясной бульон. Капусту промыть и нарезать небольшими квадратиками. Коренья и лук нарезать ломтиками, сложить в суповую кастрюлю и слегка поджарить на масле или на жире, снятом с бульона. Затем кастрюлю снять с огня, положить в нее подготовленную капусту, залить процеженным бульоном, вновь поставить на огонь, дать закипеть, добавить нарезанный кубиками картофель и варить 30 мин. За 5-10 мин до окончания варки положить нарезанные листики шпината или салата, помидоры, перец, лавровый лист и соль.

К столу суп подать со сметаной.

Такой суп можно приготовить на грибном бульоне или на овощном отваре.

Суп крестьянский с мясом

500 г мяса, 400 г свежей капусты, 500 г картофеля, 100 г моркови, 2–3 красных помидора, корень сельдерея, 1–2 головки репчатого лука, лук-порей, 100 г сметаны,

перец черный (2–3 горошины), лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль.

Из мяса сварить бульон, процедить его. Капусту нарезать квадратиками, картофель — кубиками, морковь, корни сельдерея и петрушки — кружочками, лук нашинковать, порей мелко нарезать. Морковь, сельдерей, петрушку, лук и порей поджарить на сале. В процеженный бульон опустить поджаренные овощи, бульон вскипятить, добавить картофель, бульон поварить 10–15 мин, после этого опустить капусту. К концу варки в суп добавить нарезанные дольками помидоры, перец, лавровый лист, соль и варить еще 10 мин. При подаче суп заправить сметаной, зеленью петрушки и укропа.

Харчо с говяжьей грудинкой

500 г мяса, 2 головки репчатого лука, 2–3 зубчика чеснока, 2 ст. ложки томата-пюре или 100 г свежих помидоров, 1/2 стакана риса, 1/2 стакана кислых слив, перец, соль.

Харчо готовят преимущественно из говяжьей грудинки, но можно ее заменить и бараньей грудинкой.

Мясо обмыть, нарезать небольшими кусками (из расчета 3–4 куска на порцию), положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Появляющуюся на поверхности пену снимать шумовкой.

Через 1,5–2 часа положить мелко нарезанный лук, толченый чеснок, рис, кислые сливы, соль, перец и варку продолжать еще в течение 30 мин.

Томат слегка поджарить на масле или жире, снятом с бульона, и за 5-10 мин до окончания варки добавить в суп.

При подаче к столу посыпать мелко нарезанной зеленью кинзы, петрушки или укропом.

Суп-гуляш

500 г мяса, 50 г сливочного масла для жаренья, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 6 картофелин, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложки сливочного масла

для заправки супа, лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Мясо нарезать небольшими кусками. Лук и коренья мелко порубить, поджарить до полуготовности в масле, затем туда же положить нарезанное мясо. Все вместе тушить до мягкости, затем разбавить нужным количеством кипятка и проварить 20–25 мин. Столовую ложку муки и столовую ложку масла поджарить докрасна, разбавить бульоном, заправить смесью суп и проварить, добавив нарезанный кубиками картофель, перец, соль и лавровый лист по вкусу. Варить суп до готовности картофеля.

Суп-гуляш по-венгерски

500 г говядины, 8 стаканов кипятка или бульона (концентрата), 3 головки репчатого лука, 4 ст. ложки смальца, 1 ч. ложка молотого красного сладкого перца, 500 г картофеля, 2 помидора, 2 стручка зеленого болгарского перца, соль.

Обжарить мелко нарезанный репчатый лук со смальцем. Посыпать его чайной ложкой молотого красного сладкого перца (можно и острым), залить 2 стаканами воды и варить 30 мин. Прибавить очищенный и нарезанный кубиками картофель, помидоры и стручки зеленого болгарского перца, мелко нарезанные, говядину, нарезанную небольшими кусочками, и соль по вкусу. Влить 8 стаканов кипящего бульона (концентрата) или горячей воды.

Суп варить на слабом огне приблизительно 2 часа.

Минестронэ (итальянский овощной суп с мясом)

250 г говядины, 1 луковица, 30 г маргарина, 300 г белокочанной капусты, 2моркови, 4–5 помидоров, немного вермишели или других макаронных изделий, перец красный или болгарский, 2–3 ст. ложки тертого сыра, рубленая петрушка, соль.

Мясо отварить. Добавить шинкованную капусту, а спустя 10–15 мин — обжаренные в жире овощи: нарезанный лук, морковь, очищенные и нарезанные помидоры.

Довести до кипения, прибавить вермишель или другие

мелкие макаронные изделия. Поварить 10–12 мин.

При подаче в суп добавить перец, натертый сыр, рубленую петрушку.

Суп из фарша

200-250 г фарша, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 ст. ложка жира или маргарина, 2 картофелины, 200 г свежей капусты, ломтик брюквы, 1 л воды, 1/2 лаврового листа, перец или пряные травы, 1 ст. ложка сметаны, зелень петрушки, соль.

Фарш обжарить в жире или маргарине вместе с крупно натертыми на терке или нарезанными соломкой кореньями до золотистого цвета. Картофель, капусту и брюкву нарезать кубиками, положить в кипяток и варить на медленном огне до полуготовности, затем добавить фарш с кореньями и варить еще 8-10 мин.

При подаче к столу в тарелки положить сметану, посыпать зеленью.

Картофельный суп с фрикадельками

500 г картофеля, 60 г моркови, 15 г корня петрушки, 60 г репчатого лука, 15 г томата-пюре, 15 г столового маргарина, зелень, 1 л бульона.

Для фрикаделек: 200 г говядины, баранины или свинины, 15 г репчатого лука, 1 яйцо, 15–20 мл воды, перец, соль.

Сварить картофельный суп на мясном бульоне. Приготовить фарш для фрикаделек и разделать его в форме шариков весом по 8-10 г. Сварить фрикадельки отдельно в бульоне. При подаче положить в суп.

Так же можно приготовить суп на рыбном бульоне с фрикадельками из рыбы.

Суп с пельменями из вареного мяса

500 г мяса, 1 луковица, морковь, небольшой кусочек корешка петрушки, перец и соль по вкусу.

Для пельменей: 300 г пшеничной муки, 1 яйцо, 1 стакан воды, 1 ч. ложка сливочного масла, мясо из супа, 1 луковица, 1 ст. ложка зелени петрушки и укропа, 1/2 ложки соли.

Поставить варить бульон из мяса. Когда закипит, снять пену и добавить коренья и лук. Посолить. Сваренное до мягкости мясо отделить от костей, остудить, пропустить через мясорубку, добавить очень мелко нарезанный лук, поперчить, посолить и сформовать пельмени. За 10 мин до обеда опустить пельмени в кипящий бульон и, как только они всплывут на поверхность, снять суп с огня и засыпать зеленью.

Мясной суп с картофелем и вермишелью

1 кг мяса, 500–600 г картофеля, 50–60 г вермишели, 1 луковица, 1 морковь, соль.

Мясо (попостнее) залить холодной водой, добавить лук, морковь, петрушку и варить в течение 40–45 мин. Нарезать очищенный сырой картофель небольшими кубиками, добавить к супу и еще через 10 мин добавить лапшу или вермишель. Вермишель варить в супе около 5 мин, лапшу — 15 мин.

Мясной суп с вермишелью или мелкой макаронной засыпкой и картофелем

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 1 кг картофеля, 100 г вермишели или мелкой макаронной засыпки, по 70-120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 50 г петрушки и сельдерея, 50 г жира, 2 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, 30 г укропа, соль по вкусу.

Поставить варить мясной бульон. Через 2 часа в него положить нарезанные соломкой и обжаренные на жире репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, душистый перец горошком и лавровый лист, а еще через 5-10 мин — нарезанный дольками картофель. Когда суп закипит, добавить вермишель или

мелкую засыпку и варить 15–18 мин на слабом огне.

Готовый суп заправить солью, при подаче к столу посыпать зеленью петрушки и сельдерея или укропом.

Такой суп можно варить также на костном или рыбном бульоне.

Мясной суп с лапшой и картофелем

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 1 кг картофеля, 150 г лапши (фабричной), по 70-120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 50 г петрушки и сельдерея, 50 г жира, 2 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, 30 г укропа, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как указано в предыдущем рецепте. Лапшу следует класть в закипевший бульон сразу после закладки обжаренных кореньев, а через 5–8 мин добавить картофель.

Мясной суп с макаронами и сыром

600 г мяса, 3 луковицы, 3 моркови, 3 петрушки, 2 репы, 100 г макарон, 60 г сливочного масла, 1 стакан сливок или сметаны, 2 желтка, тертый сыр.

Из мяса сварить бульон. Репу, лук, морковь и петрушку мелко нарезать и слегка подрумянить в масле (10 г). Подрумяненные овощи проварить вместе с бульоном до мягкости. Процедить и протереть, добавить отваренные макароны. Оставшееся масло (50 г) мелко порубить, растереть с 2 вареными желтками, смешать со сливками или сметаной и этой смесью заправить готовый суп. Подавать суп с натертым сыром.

Супы с телятиной

Суп с телятиной и зеленым горошком

500 г телятины, 500 г очищенного горошка, 3–4 пера

зеленого лука, 1 ст. ложка муки (без верха), 4 ст. ложки жира, зелень петрушки и укропа, 1 стакан кислого молока (простокваши), 1–2 яйца, томат-пюре или свежие помидоры.

Нарезать телятину небольшими кусочками, залить холодной водой и поставить на сильный огонь. Довести до кипения, посолить и всыпать очищенный горошек. Когда мясо будет почти готово, добавить мелко нарезанный зеленый лук, обжаренный с мукой и жиром. При желании к луку можно добавить чайную ложку молотого сладкого красного перца и немного томата-пюре или 2–3 помидора. Суп варить при кипении на слабом огне еще около 10 мин. Затем посыпать мелко нарезанной петрушкой и укропом и снять с огня. Заправить стаканом кислого молока, взбитого с яйцами.

Суп с телятиной и томатом

400 г телятины, 1 телячья ножка, 2 луковицы, 2 моркови, 1 петрушка, 1 сельдерей, 2 лавровых листа, черный перец горошком, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 100 г томата, соль по вкусу.

Хорошо опаленную и очищенную телячью ножку тщательно промыть в горячей воде, соскребая все подпаленные и загрязненные места; разрубить вдоль пополам, а затем на несколько частей, залить холодной водой, добавить луковицу, морковь, сельдерей и петрушку. Дать вскипеть на сильном огне, после чего убавить огонь и варить так, чтобы бульон почти не кипел. Когда мясо начнет отходить от костей, в этот же бульон положить слегка обжаренную телятину, добавить вторую луковицу, перец горошком, соль и лавровый лист. Когда мясо сварится, бульон процедить, добавить в него томат, дать покипеть 10–15 мин. Перед подачей нарезать телятину и мясо ножек небольшими кусками, дать вскипеть супу и заправить его сметаной, смешанной с яйцами. Суп с заправкой прогреть, не давая кипеть.

К супу отдельно подать отварную вермишель или рассыпчатый рис.

Суп русский с телячьей или бараньей грудинкой

1 кг телячьей или бараньей грудинки, 3–4 л воды, 1 кг картофеля, 60-120 г перловой крупы, 90-150 г репчатого лука, по 70 г моркови и брюквы, 50 г петрушки, 40 г сельдерея, 15 г муки, 50 г жира, 3 горошины душистого перца, 2 лавровых листа, 30 г укропа и 60 г зеленого лука, 90 г сметаны, соль по вкусу.

Обработанную телячью или баранью грудинку залить холодной водой и поставить варить на 1,5–2,5 часа. Готовую грудинку освободить от костей, мякоть положить в тарелку, в кости опустить обратно в бульон и вываривать еще 1,5–2 часа. На полученном бульоне приготовить суп. При подаче к столу в суп положить, кроме сметаны и зелени, кусочки отварной и нарезанной грудинки.

Так же можно приготовить суп из разрубленного на части кролика.

Суп с телятиной и лимоном

500 г телятины, 1/2 стакана риса, 3 л воды, 1 лимон, 1 петрушка, 2 моркови, 1 сельдерей, 1 ст. ложка муки, 1 стакан сметаны, 2 желтка, 1 ст. ложка сливочного масла, соль по вкусу.

Сварить телятину с мелко нарезанными кореньями. Вынуть мясо. Муку растереть с маслом и разбавить бульоном. Смесь вылить в суп, прокипятить, добавить сметану, растертую с желтками, проварить на пару, не давая кипеть.

В суповую миску положить отдельно сваренный рассыпчатый рис, тонкие кружочки лимона, очищенные от зерен. Туда же добавить нарезанную мелкими кусками телятину, залить все горячим супом и, вымешав, подать к столу.

Суп с телятиной и овощами (Венгрия)

500 г телятины, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки жира, 1 щепотка тмина, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 500 г картофеля, 250 г стручковой фасоли, 1/2 стакана сметаны.

Мелко нарезать репчатый лук и обжарить с 2 ст. ложками

жира до золотистого цвета. Прибавить телятину, нарезанную кусочками, щепотку тмина, лавровый лист, муку и тушить на слабом огне. Отварить в подсоленной воде картофель, очищенный и нарезанный кусочками, и стручковую фасоль, мелко нарезанную. Прибавить к овощам тушеное мясо и варить до мягкости. В готовый суп влить сметану, прогреть и подавать.

Супы со свининой

Суп со свининой на молочной сыворотке

200 г свинины (мякоти), 10 мелких картофелин, 2 луковицы, 4 стакана молочной сыворотки, перец, тмин, соль.

Картофель очистить, нарезать ломтиками, отварить и протереть. Лук нарезать и отварить. В полученный отвар добавить молочную сыворотку, картофель, довести до кипения, добавить соль, перец, тмин и поджаренную кубиками свинину.

Суп из свинины (Таиланд)

750 г свинины, 3 ст. ложки оливкового масла, 3 стебля лука-порея, корень сельдерея, немного тертого мускатного ореха, 1 винная рюмка кокосового (или обыкновенного) молока, 1 ст. ложка уксуса, черный молотый перец, соль.

Сварить в небольшом количестве подсоленной воды свинину, нарезанную небольшими кусочками. Прибавить оливковое масло и тушить мясо до выпаривания жидкости. Отдельно отварить в 1 л подсоленной воды белую часть стеблей лука-порея, мелко нарезав его, и измельченный на терке корень сельдерея. Прибавить обжаренное мясо и немного тертого мускатного ореха. Суп довести до готовности, затем снять с огня, влить рюмку кокосового молока (или обыкновенного молока), ложку уксуса и посыпать черным перцем.

Суп из солонины с овощами

250-300 г соленой свинины, 1 л воды, 1 маленькая луковица, по кусочку корня петрушки и сельдерея, 400 г нарезанных овощей (морковь, брюква или репа, фасоль, свежий или консервированный горошек, цветная капуста, кольраби, картофель и т. п.), 3 горошины перца, тмин, 2 ст. ложки томатной пасты или кислого ягодного сока, зелень, сметана, сахар, соль.

Очень соленую свинину вымочить, затем залить холодной водой и варить. При необходимости первую воду от варки можно слить, затем вновь налить холодной воды и варить. Овощи класть в зависимости от длительности их варки. За 10–15 мин до конца варки суп заправить. Если он окажется слишком соленым, долить воды и добавить по вкусу сахар.

В готовый суп положить зелень и сметану. Мясо подать отдельно или нарезать и положить в суп.

Супы с бараниной

Чесночный суп из баранины

500 г грудинки баранины, 1 головка чеснока, 2–3 ст. ложки уксуса, 2–3 яйца, соль.

Положить в кастрюлю кусок бараньей грудинки, залить водой, посолить и довести до кипения. Когда мясо станет мягким, отделить его от костей, нарезать мелкими кусочками и снова положить в бульон. Опять довести до кипения и снять с огня.

Растереть головку чеснока, прибавить уксус и яйца, предварительно хорошо их взбив, и заправить суп.

Суп из баранины с зеленью

500 г баранины (мякоти), 7–8 стаканов воды, 4–5 перьев зеленого лука, 3–4 ст. ложки растопленного масла, по 1 пучку петрушки и укропа, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1/2 стакана кислого молока (простокваши), 2 яйца, соль.

Нарезать баранину кусочками, положить в кастрюлю, влить 7–8 стаканов воды и довести до кипения. Затем посолить. Отдельно слегка обжарить нарезанный зеленый лук с 3–4 ложками растопленного масла и мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа, добавив ложку муки. Пассеровку развести и влить в суп, доведя мясо почти до готовности. Продолжать варить суп при кипении еще 5-10 мин. Затем заправить суп кислым молоком (простоквашей), взбитым с яйцами, или подать суп с мелко рубленными крутыми яйцами, посыпанными черным перцем.

Суп из баранины или курицы с шафраном

500 г баранины или 600 г курицы, 4 желтка, 40 г бараньего или куриного жира, 20 г пшеничной муки, 60 г репчатого лука, 40 мл винного уксуса, шафран, зелень, соль.

Баранину или курицу сварить до готовности и разрубить на порционные куски. Нашинкованный лук спассеровать с жиром, снятым с бульона, посыпать подсушенной мукой и перемешать.

В процеженный бульон добавить пассерованный лук, крепкий водный настой шафрана, соль, уксус или лимонный сок и варить 10–15 мин.

При подаче в тарелку с супом влить яичный желток, смешанный с небольшим количеством супа, положить кусок курицы или баранины и посыпать зеленью.

Суп из баранины с картофелем

600 г баранины, 1 крупная морковь, кусочек корня петрушки, 2 луковицы, 800 г картофеля, 3 л воды, 1 ст. ложка топленого масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 зубчика чеснока, 1 ст. ложка рубленой зелени, соль.

Сварить мясо до мягкости, добавив лук, морковь и петрушку. Посолить бульон, положить в него нарезанный лапшой картофель. Муку слегка обжарить в масле, посолить, разбавить бульоном и заправить этой смесью суп. В готовый суп положить растертый чеснок, нарезанное кубиками мясо и рубленую зелень.

Суп картофельный с бараниной и помидорами

300 г баранины, 8 картофелин, 1 морковь, 1 луковица, 2 помидора, 1 ст. ложка муки, 1–2 зубчика чеснока, 1 ст. ложка масла, перец, зелень, соль.

Сварить мясокостный бульон. Когда мясо станет мягким, в бульон добавить очищенные овощи (морковь, лук, свежие помидоры), соль и продолжать варку. Картофель очистить, нарезать кубиками, сварить в процеженном бульоне. Поджарить на масле муку до светлозолотистого цвета и заправить суп. Добавить мясо, нарезанное кусочками, приправить чесноком, растертым с солью и перцем. Готовый суп посыпать мелко нарубленной зеленью.

Похлебка петровская

1 кг баранины, 500 г картофеля, 200 г пшена, 200 г моркови, 200 г репчатого лука, 50 г жира, 50 г корня петрушки или сельдерея, 50 г зелени, 2 л бульона.

Мякоть баранины нарезать кубиками, положить в глиняный горшочек, налить воду, добавить коренья петрушки или сельдерея, поставить в духовку и варить до готовности. Вынуть баранину, бульон процедить. В бульон положить картофель, пассерованные морковь и лук, промытое пшено, сваренную баранину и варить до готовности пшена.

Похлебку заправить солью, рубленой зеленью петрушки или сельдерея и укропом.

Суп из баранины с рисом

600 г баранины, 100 г моркови, 150 г риса, 100 г репчатого лука, 50 г бараньего жира или столового маргарина, 25 г пшеничной муки, перец, зелень, соль.

Баранину нарезать по 2–3 куска на порцию, положить в посуду с растопленным бараньим жиром или столовым маргарином, слегка поджарить, залить водой или бульоном из баранины и варить до готовности мяса.

Морковь и лук мелко нашинковать, спассеровать, добавить муку и продолжать пассерование еще 2–3 мин, налить бульон и варить при слабом кипении. Суп процедить через сито, вновь довести до кипения, заправить солью и перцем. Отдельно в подсоленной воде отварить рис. Подавать суп с кусочками мяса, рисом и зеленью.

Суп с тефтелями — бозбаш (Азербайджан)

Бараньи кости, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки риса (крупы), 1 помидор, 4 картофелины, черный молотый перец, петрушка, 1 яйцо, соль.

Для тефтелей: 600 г мякоти баранины, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки риса, зелень петрушки, черный перец, сушеные сливы (без косточек).

Пропустить через мясорубку 600 г баранины и 2 крупных

головки репчатого лука. Прибавить в котлетной массе 2 ложки перебранного риса, мелко нарезанную зелень петрушки, соль и черный перец. Массу хорошо вымесить и разделать в виде 4 шариков, положив в каждый из них по 1 сушеной сливе (без косточки).

Сварить костный бульон, используя кости мяса. Кости залить 5 стаканами воды. Затем готовый бульон процедить, поставить снова на плиту и прибавить мелко нарезанную головку репчатого лука, 2 ложки риса, помидор, очищенный картофель, разрезанный на 4 части, соль, черный перец и петрушку. Довести бульон до кипения, положить в него тефтели и варить их до мягкости. Заправить суп яйцом и подать.

Суп-харчо из баранины

600 г бараньей грудинки, 2 луковицы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 500 г помидоров, 2 стручка сладкого перца, 10 горошин перца, 1/2 головки чеснока, 2 ст. ложки риса, 1 лавровый лист, соль по вкусу.

Жирную баранью грудинку порубить поперек и нарезать вдоль ребер. Обжарить с луком и кореньями в глубокой сковороде, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить и поставить варить на небольшой огонь. Когда все хорошо разварится, добавить пропущенные через мясорубку помидоры, а также сладкий перец и рис. Варить до полной готовности риса. В готовый суп положить лавровый лист, раздавленный перец и растолченный чеснок. Можно добавить горький перец.

Суп-харчо по-грузински

1 кг бараньей или говяжьей грудинки, 3–3,5 л воды, 210 г риса, 90 г говяжьего жира или сливочного масла, 240 г репчатого лука, 20 г чеснока, 90 г томата-пюре, 3 г сушеной зелени (хмели-сунели), 120 г свежей зелени петрушки, 120 г ткемали, 3 г красного стручкового перца, соль по вкусу.

Обработанную баранью грудинку разрубить с костью на куски по 50–55 г, залить холодной водой и варить 45–60 мин до

полуготовности. Затем в бульон положить перебранный и промытый рис, слегка обжаренный на жире рубленый репчатый лук и томат-пюре, а также ткемали (пастила из кислых слив), сушеную зелень и соль. Еще через 40–60 мин добавить красный стручковый перец и мелко нарубленный чеснок, растертый с зеленью петрушки. Перед подачей к столу суп окончательно заправить солью и посыпать зеленью петрушки.

Так же приготовляется харчо с говяжьей грудинкой; при этом срок варки мяса увеличивается почти в полтора раза, а рис и прочие продукты закладываются через 75–90 мин после начала варки мяса. Приправы и зелень можно заменить душистым перцем (горошком) и лавровым листом.

Суп из бараньих ножек

6-8 ножек барашка, 1–2 яйца, чеснок, черный молотый перец, соль.

Хорошо вымыть ножки барашка, слегка разрубить, залить холодной водой и довести до кипения. Снять шумовкой появившуюся на поверхности пену и посолить. Когда мясо начнет отделяться от костей, бульон процедить, заправить 1–2 взбитыми яйцами, уксусом и добавить по вкусу чеснок. Мясо отделить от костей, нарезать и снова положить в суп.

Перед подачей суп посыпать черным перцем.

Супы на мясном бульоне

Суп с цветной капустой и рисом

500 г цветной капусты, 150 г риса, 150 г репчатого лука, 40 г сливочного маргарина, зелень петрушки, соль, 1,4 л бульона.

Пассерованный лук положить в кипящий бульон вместе с рисом. Когда рис станет мягким, добавить цветную капусту и варить 10–12 мин.

При подаче посыпать рубленой зеленью петрушки.

Суп из брокколи

400 г брокколи, 1 морковь, 2–3 помидора, 2–3 картофелины, 2 луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень петрушки, соль.

Лук нарезать кружочками, поджарить в небольшом количестве масла. В кипящий мясной бульон положить нарезанную брокколи, поджаренный лук, нарезанные кубиками морковь и картофель. К концу варки добавить измельченные и очищенные от кожицы помидоры.

Подавать со сметаной.

Суп картофельный со щавелем

6-7 картофелин, 300 г щавеля, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка масла, 4 ст. ложки сметаны, соль.

В кипящий мясной бульон положить корень петрушки, картофель, нарезанный дольками, а через 5 мин спассерованные морковь и лук. За 10 мин до готовности в суп добавить нарезанный щавель и посолить по вкусу.

Суп подавать со сметаной.

Суп картофельный по-крестьянски

80 г свежей белокочанной капусты, 2–3 картофелины, по 1 маленькой моркови и луковице, 1 помидор, 1 петрушка, 1/2 ст. ложки маргарина, 1/2 ст. ложки сметаны, зелень.

Свежую капусту нарезать квадратиками и положить в кипящий бульон. Когда он закипит, добавить нарезанный картофель, поджаренные на маргарине морковь, петрушку и репчатый лук, а за 5-10 мин до окончания варки — специи и нарезанный помидор.

При подаче положить в суп сметану, посыпать зеленью.

Кулеш картофельный

4 картофелины, 175 г шпика, 1/2 луковицы, зелень, соль.

Очищенный картофель нарезать ломтиками, положить в кипящий бульон и варить до готовности. Добавить соль, мелко нарезанный и слегка поджаренный с рубленым луком шпик и варить еще 3–5 мин.

При подаче посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки.

Суп картофельный с фасолью

8 картофелин, 3/4 стакана сухой фасоли, 1 луковица, 1 морковь, 1 ст. ложка масла, перец, лавровый лист, зелень, соль.

Перебранную и промытую фасоль на 3–4 часа замочить в холодной воде, затем воду слить, а фасоль залить бульоном и сварить до мягкости. В бульон положить нарезанный кубиками картофель, поджаренные на масле морковь и лук. Суп посолить, добавить перец, лавровый лист и варить до готовности.

При подаче к столу суп посыпать зеленью.

Суп картофельный с соей

6 картофелин, 250 г сухой сои, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, специи, 2 л мясного бульона.

Поджарить нарезанный лук, добавить пассерованную муку и развести горячим бульоном. Соевые бобы выдержать 12–15 часов в холодной кипяченой воде. Варить сою в той же воде (на слабом огне) до мягкости (3–5 часов). Цельные вареные соевые бобы положить в суп за час до конца варки. Картофель положить в суп за 25–30 мин до подачи к столу.

Суп картофельный с перловой крупой

7-8 картофелин, 4 ст. ложки крупы, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка масла, зелень, соль.

Промытую перловую крупу залить холодной водой и поставить для набухания на 2 часа. Затем, слив воду, положить крупу в мясной бульон, а через 10–15 мин нарезанный кубиками картофель, поджаренные коренья, соль, перец, лавровый лист и варить до готовности.

Перед подачей к столу посыпать мелко нарубленной зеленью укропа или петрушки.

Суп картофельный с макаронными изделиями

8 картофелин, 80 г макаронных изделий, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка масла, лавровый лист, перец, зелень, соль.

Лапшу опустить в кипящий бульон и варить 15 мин вместе с картофелем, нарезанным брусочками или кубиками. (Вместо лапши для супа можно использовать вермишель, рожки, ушки.) Затем положить спассерованные морковь, лук, петрушку. За 5 мин до конца варки добавить перец, лавровый лист, посолить по вкусу.

При подаче к столу суп посыпать рубленой зеленью.

Суп с лапшой из картофеля (Румыния)

5 картофелин, 3/4 стакана пшеничной муки, 1 яйцо, соль.

Очищенный и промытый картофель отварить на пару, пропустить через мясорубку и вымешать с яйцом, солью и мукой. Из полученного теста приготовить лапшу. Опустить ее в кипящий мясной бульон и прокипятить несколько минут.

Суп с хлебом по-итальянски

300 г крошек белого хлеба, 120 г сыра, 2 яйца,

мускатный орех, соль, 1,4 л бульона.

Хлебные крошки перемешать с тертым сыром, взбитым яйцом, посолить, поперчить, заправить мускатным орехом и добавить эту смесь при помешивании в бульон. Кастрюлю накрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 7–8 мин. Перед тем как подать к столу, помешать, чтобы не образовались комки.

Суп овощной (Канада)

1 стебель ботвы сельдерея, 4 стебля лука-порея, 2 головки репчатого лука, 100 г шпика, 2 ст. ложки смальца, 2 помидора, 1 стручок зеленого болгарского перца, черный перец горошком, соль, 7 стаканов бульона.

Для блинчиков: 1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, 1 стакан молока, 1 ст. ложка жира, щепотка соли.

Мелко нарезать ботву сельдерея, белую часть лука-порея, репчатый лук и шпик. Нарезанные овощи слегка припустить, добавив смалец. Влить 7 стаканов бульона и варить в течение 1 часа. Затем положить помидоры и стручок зеленого болгарского перца, нарезанные колечками, соль и перец.

Приготовить тесто для блинчиков из указанных продуктов и влить его через сито с крупными дырочками в кипящий суп. Довести суп до готовности и подать горячим.

При желании суп можно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Супы на костном бульоне

Суп русский на костном бульоне

1 кг говяжьих костей или потрохов, 2,5–3 л воды, 1 кг картофеля, 50-100 г перловой или ячневой крупы, 75- 125 г репчатого лука, по 60 г моркови и брюквы, по 35 г петрушки и сельдерея, 10 г муки, 40 г жира, 2–3 горошины душистого перца, 1–2 лавровых листа, 75 г сметаны, 25 г укропа, 50 г зеленого лука, соль по вкусу.

Сварить бульон из костей. Замоченную на 2–3 часа перловую крупу отварить при слабом кипении почти до готовности. Слегка обжарить в жире нарезанные кубиками или брусочками репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, душистый перец горошком и лавровый лист, залить их процеженным бульоном и кипятить 5-10 мин. После этого в суп положить нарезанный дольками картофель, отваренную крупу с отваром, мучную пассеровку и варить все до готовности. Готовый суп заправить по вкусу солью.

При подаче к столу положить в суп сметану, мелко нарезанные укроп или зеленый лук.

При отсутствии сметаны в готовый горячий суп можно ввести льезон. Перловую крупу можно заменить манной (ее засыпают в суп за 10–12 мин до подачи к столу), в этом случае мучную пассеровку вводить в суп не следует.

Так же приготовляют суп с потрохами. Для этого потроха отваривают почти до готовности и нарезают кусочками. Минут за 20–25 до конца варки супа в него кладут коренья, картофель, крупу и остальные продукты.

Суп из свежих огурцов

1,5 л бульона, 250 г свежих огурцов, 6 г пшеничной муки, 200 г клецек, 80 г сметаны, 20 г зелени, соль.

Из костей и овощей сварить бульон. Огурцы очистить, нарезать мелкими кубиками и припустить в небольшом количестве подсоленной воды. В процеженный бульон опустить огурцы и заправить его мучным соусом, приготовленным ха холодном бульоне. Перед подачей к столу положить клецки, сметану и рубленую зелень.

Овощной суп по-крестьянски

1 кг говяжьих костей, 2–2,5 л воды, 400 г свежей капусты, 600 г картофеля, 40 г перловой крупы, по 50 г репчатого лука, моркови и брюквы, 40 г петрушки или сельдерея, 40 г жира, 3 горошины душистого перца, 1–2 лавровых листа, 40 г зелени петрушки или сельдерея, 60 г сметаны, соль по вкусу.

Из говяжьих костей сварить бульон, процедить его, разделить пополам и одну половину поставить на огонь. Перебрать и хорошо промыть перловую крупу, опустить ее в кипящий бульон и варить на слабом огне. Через 1–1,5 часа добавить остальной бульон, нарезанную квадратиками свежую капусту, а еще через 30–50 мин — обжаренный на жире репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, душистый перец горошком и лавровый лист. Прокипятив суп 5-10 мин, положить в него нарезанный кубиками или дольками картофель и варить до готовности (15 мин).

Перед подачей к столу суп заправить по вкусу солью, разлить в тарелки, положить сметану и посыпать зеленью петрушки или сельдерея.

Этот суп можно варить и с мясом. Для ускорения варки и сохранения белого цвета крупы ее можно отварить отдельно в воде и положить в почти готовый суп, после закладки картофеля. Крупу можно предварительно замочить на 3–4 часа в холодной воде и уже затем отваривать в супе.

Овощной суп с котлетами

250 г говяжьих или лосиных костей (можно обжарить), 1 л воды, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 3 картофелины, 1 стакан свежего или консервированного зеленого горошка, зеленый лук или лук-резанец, перец, соль.

Для котлет: 200 г фарша или 1/2 пачки (250 г) готовых фрикаделек, 1 ст. ложка жира, 1 ломоть белого хлеба, 1 яйцо, вода, перец, соль.

Из костей сварить бульон, процедить. Коренья обжарить в малом количестве жира и положить в бульон. Картофель нарезать кубиками и добавить на 10 мин позже, чем свежий горох, но раньше, чем консервированный. Из фарша, белого хлеба, яйца и воды приготовить котлетную массу, сформовать небольшие котлетки, подрумянить их с обеих сторон и сразу опустить в горячий суп. Суп еще раз довести до кипения, затем посыпать рубленой зеленью (лучше всего зеленым луком).

Суп с фрикадельками

200-250 г костей, 1 л воды, 1 луковица, 1 корень петрушки, 2 моркови, ломтик брюквы, 250 г капусты, 3 картофелины, 3 горошины черного перца или кусочек сладкого перца, укроп или зелень петрушки, соль.

Для фрикаделек: 200 г фарша, 1 яйцо, 1/2 луковицы, 2 ст. ложки риса, молотый перец, соль.

Кости залить холодной водой, довести до кипения, снять пену. Варить 2–3 часа, процедить, положить в бульон нарезанные брюкву, капусту, картофель, варить 10–15 мин. Лук, петрушку, морковь измельчить, потушить в снятом с бульона жире и положить в суп. Затем опустить в бульон сформованные влажными руками или двумя чайными ложками фрикадельки и варить, пока они не всплывут. Для фрикаделек в фарш отбить яйцо, положить натертый лук, приправы, взбить все в однородную массу, при желании добавить рис — тогда фрикадельки надо будет варить в течение 20 мин.

Готовый суп посыпать зеленью.

Чтобы суп получился прозрачным, фрикадельки можно сварить отдельно в подсоленной воде и положить в готовый суп.

Итальянский суп

Костный бульон, куриные потроха, по 150 г брюссельской капусты и кольраби, 200 г картофеля, 20 г сливочного масла, 50 г сыра, 1 морковь, 20 г корня петрушки, 50 г отварных спагетти (макарон), черный молотый перец, 60 г риса, соль.

В небольшом количестве бульона потушить рис. Отдельно на масле обжарить нарезанные овощи и куриные потроха. Овощи соединить с тушеным рисом, добавить немного спагетти (макарон), поперчить, посолить и залить таким количеством бульона, чтобы суп получился густым.

При подаче посыпать тертым сыром.

Кенигсбергский суп (Германия)

1 л костного бульона, 1/2 л молока, 1 палочка корицы.

Для теста: 2 стакана пшеничной муки, 1/2 л молока, 2 яйца, 1 ст. ложка жира, 1 ст. ложка сахара, щепотка соли.

Влить в кастрюлю 1/2 л молока и костный бульон. Прибавить палочку корицы и довести до кипения.

Замесить тесто из указанных продуктов. Тесто протереть через сито в кипящий бульон. Суп варить при кипении 4–5 мин.

Подать суп горячим.

Суп с пельменями

250-300 г костей, 1 л воды, 1 морковь, 1 луковица или лук-порей, 1/2 корня петрушки, кусочек сельдерея, 3 горошины душистого перца или пряные травы, 300–400 г пельменей, зелень, соль.

Кости залить холодной водой, довести до кипения, снять пену. Варить на медленном огне 2–3 часа (в зависимости от вида костей), бульон процедить. Коренья ж нарезать кубиками и положить в кипящий бульон. Через 10–15 мин в едва кипящий бульон опустить пельмени и продолжать варить, пока они всплывут. Чтобы суп остался прозрачным, пельмени можно отварить отдельно в подсоленной воде и затем опустить в готовый суп. Обильно посыпать суп мелко рубленной зеленью.

Супы, которые можно варить как на бульоне, так и на воде

Щи из свежей капусты с репой

700 г белокочанной капусты, 1 репа, 2 моркови, 1 корень петрушки, 2 головки репчатого лука, 20 г томата-пюре, 40 г жира, чеснок, специи, сметана, соль, 1,5 л бульона или воды.

Капусту нарезать шашками или соломкой, а раннюю капусту (вместе с кочерыжкой)дольками, положить в кипящий бульон или воду и довести до кипения. Затем добавить пассерованные коренья и лук. Варить щи 15–20 мин, затем заправить белым соусом, добавить пассерованный томат-пюре, специи, соль и

варить до готовности. Одновременно со специями в щи можно положить чеснок, растертый с солью. В щи можно добавить сладкий перец, петрушку заменить сельдереем.

Подавать щи со сметаной.

В щи можно положить картофель (2–3 шт.), уменьшив закладку капусты.

Борщ обычный (два способа)

500 г капусты, 300 г свеклы, 1 луковица, по 2 ст. ложки жира и томата-пюре, корень петрушки или ломтик сельдерея, 2 ст. ложки 3 %-ного уксуса, перец горошком, соль.

Способ 1. Свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, потушить в закрытой посуде с добавлением уксуса или лимонной кислоты, жира, бульона (или воды) и томата-пюре, периодически помешивая и добавляя бульон, чтобы не пригорела. В кипящий бульон положить свежую капусту, довести до кипения, добавить тушеную свеклу, пассерованные коренья и лук и варить 20–30 мин. За 5-10 мин до окончания варки заправить белым соусом, солью, уксусом и сахаром, положить лавровый лист и перец горошком.

Борщ с квашеной капустой варить так же, как со свежей, но капусту надо предварительно тушить с жиром 1,5–2 часа.

В слабоокрашенный борщ перед подачей влить свекольный настой. Готовить его так: чистые свекольные очистки и шинкованную свеклу залить водой из расчета 1 л на 500 г свеклы, добавить уксус и довести до кипения. Затем настой выдержать на краю плиты 15–20 мин и процедить.

Добавить в тарелки с борщом по столовой ложке свекольного настоя или влить необходимое количество его в кастрюлю перед подачей.

Способ 2. Предлагаемый далее способ рекомендуется в тех случаях, когда нужно одновременно сварить свеклу для холодных блюд и приготовления борща. Если свекла легко теряет окраску, то ее лучше сварить в подкисленной воде неочищенной, но предварительно вымытой.

Вареную свеклу очистить, нашинковать или нарезать ломтиками. Свежую капусту положить в кипящий бульон и добавить пассерованные с томатом-пюре коренья, свеклу и уксус. Борщ сварить, приправить солью и сахаром.

Этот способ более прост, окраска свеклы ярче, вкус ее нежнее и консистенция мягче.

При подаче в тарелки с борщом положить сметану и посыпать зеленью. К борщу можно подать ватрушки с творогом и крупеник.

Борщ по-старинному

250 г капусты, 3–4 средние свеклы, 1 большая морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки свиного сала или жира, 4 ст. ложки сметаны, сахар, столовый уксус, чеснок, соль, 1,5–2 л бульона или воды.

Свеклу нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, прогреть с добавлением жира, подлить немного бульона (если варят борщ с мясом) или воды и тушить до размягчения. Лук пожарить с жиром, добавить натертую морковь и пассеровать вместе.

В кипящую воду (бульон) положить нашинкованную капусту, варить 15 мин, добавить тушеную свеклу, обжаренные коренья и лук, пряности, разведенную мучную заправку и варить до готовности. В конце добавить свекольный настой и рубленный со свиным салом чеснок.

Луковый суп по-французски

500 г репчатого лука, 50 г сливочного маргарина, 40 г пшеничной муки, 250 г белого хлеба, 60 г твердого сыра, перец, лавровый лист, соль, 1,2 л бульона или воды.

Лук нарезать кольцами и слегка обжарить. Добавить, помешивая, муку, а затем кипящий бульон или воду. Положить перец, лавровый лист и варить при слабом кипении 20–25 мин. Посолить по вкусу. Нарезанный ломтиками черствый белый хлеб подсушить, посыпать тертым сыром, разложить по тарелкам, залить кипящим луковым супом и через 2–3 мин (когда слегка расплавится сыр) подать к столу.

Суп из шпината с крупой

400 г шпината, 30 г маргарина или сливочного масла, 100 г овсяных хлопьев или риса, 1/2 стакана сметаны, кефира или йогурта, жареный лук (нарезанный кружочками), перец, соль, 1,5 л бульона или воды.

В растопленном жире быстро обжарить овсяные хлопья или рис, влить кипящую воду и варить крупу до полуготовности. Затем добавить мелко нарезанный ‘шпинат, соль, щепотку перца и немного поварить. В каждую тарелку положить по чайной ложке жареного лука, залить супом, заправить сметаной (кефиром или йогуртом).

Суп из цветной капусты с картофелем

600 г цветной капусты, 600 г картофеля, 200 г лука-порея, 160 г зеленого или консервированного горошка (или стручковой фасоли), 2 ст. ложки сливочного масла, 80 г сметаны, зелень, соль.

Лук-порей (белую часть) нарезать вдоль, а затем кусочки длиной 2,5–3 см и слегка пассеровать. В кипящий бульон (воду) положить пассерованный лук, разобранную на отдельные кочешки цветную капусту и нарезанный крупными кубиками (дольками) картофель. Варить до готовности. За 5-10 мин до готовности добавить консервированный зеленый горошек или стручковую фасоль, очищенную от прожилок и нарезанную на 2–3 части.

При подаче добавить в суп сметану, посыпать зеленью.

Суп из цветной капусты с заправкой и гренками

400-500 г капусты, 1 луковица, 20 г сливочного масла или маргарина, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, 7 г петрушки, соль, белые гренки, 1,5 л мясного бульона или воды.

Головку обработанной капусты разобрать на мелкие кочешки и тушить с мелко нарезанным репчатым луком в масле в небольшом количестве воды или бульона. Часть маленьких кочешков отложить, остальные протереть через сито. В отвар добавить воду или бульон (до 1/2 л). Суп заправить светлой

заправкой, смешать с протертыми овощами, небольшим количеством молока и яичным желтком. Посолить, добавить петрушку и в самом конце положить оставленную капусту.

Суп подать с белыми гренками.

Суп из кабачков с рисом

500 г кабачков, 120 г моркови, 250 г капусты, 80 г риса, 30 г сливочного масла, 20 г петрушки или укропа, соль, 1,2 л бульона или воды.

Кабачки нарезать толстыми ломтиками, морковь — тонкими кружочками, капусту — шашками. Рис засыпать в кипящий бульон или воду. Через 5–6 мин добавить морковь и капусту, варить на слабом огне. За 5 мин до окончания варки положить нарезанные кабачки, соль и довести суп до кипения.

При подаче к столу посыпать зеленью и положить кусочек сливочного масла.

Картофельный суп с помидорами

8 картофелин, 1 морковь, 1/2 корня петрушки, 1 луковица, 3 помидора, 2 ст. ложки масла, сметана, соль.

В кипящую воду или бульон положить кубики картофеля и корень петрушки. Нарезать мелкими кубиками морковь, репу и лук, посолить, обжарить и добавить в суп.

При подаче к столу в тарелку положить слегка обжаренные дольки свежих помидоров, суп заправить сметаной и посыпать мелко нарубленной зеленью укропа.

Картофельный суп с капустой

300 г свежей капусты, 4–5 картофелин, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 головки репчатого лука, 2 свежих помидора или 20 г томата-пюре, 1,5 л бульона или воды.

Капусту нарезать шашками в 2–2,5 см, картофель — кубиками, остальные овощи — ломтиками. В кипящий бульон

опустить нарезанную капусту, довести до кипения, добавить пассерованные овощи и картофель и варить 20–25 мин.

За 5-10 мин до окончания варки в суп положить нарезанные дольками помидоры. Суп можно готовить без томата-пюре и помидоров.

Подавать суп со сметаной и зеленью.

Картофельный суп с мясными фрикадельками

9 картофелин, 300 г мясного фарша, 1 морковь, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка масла, перец, зелень, соль.

Для фарша: 300 г говяжьего фарша, 1 луковица, 1 яйцо, соль, перец.

Очищенный и нарезанный кубиками картофель положить в кипящий бульон или воду и довести до кипения. Добавить нарезанные соломкой и поджаренные на масле морковь, лук, корень петрушки и варить 5–7 мин. Отдельно приготовить мясной фарш: мясо (лучше говядину) пропустить через мясорубку 1–2 раза, добавить мелко нарезанный лук, яйцо, соль, перец и всю массу тщательно перемешать. Подготовленный фарш разделать на небольшие шарики. Фрикадельки положить в суп и варить 10–15 мин. Готовый суп посыпать зеленью.

Картофельный суп с макаронами

70-80 г макарон или макаронных изделий, 3 картофелины, 1/2 моркови, 1 луковица, 1 корень петрушки или кусочек сельдерея, 1 ст. ложка жира или маргарина, 2 ч. ложки пряного соуса или томатной пасты, пряные травы, 2 ст. ложки тертого сыра или 3 яйца, перец, соль, 1 л воды или бульона.

В кипящую воду или бульон положить размельченные макароны и нарезанный брусочками картофель, варить 10–15 мин. Коренья нарезать соломкой, протушить в жире с острым соусом или томатной пастой, положить в суп и варить на слабом огне до готовности. Суп посолить, заправить, разлить по тарелкам, посыпать зеленью, а при желании также тертым сыром

или рубленым крутым яйцом.

Картофельный суп с мучными клецками

5-6 картофелин, 1 морковь, 1 небольшая луковица, кусочек сельдерея или петрушки, перец, 1 ст. ложка жира или маргарина, зелень, соль, 1 л воды или бульона.

Для клецек: 1/2 стакана пшеничной муки, 2 ч. ложки растопленного жира или масла, 1 яичный желток, мелисса, соль, 1/2 стакана бульона или молока.

В кипящую воду или бульон положить нарезанный картофель, варить 10 мин, затем добавить рубленые и обжаренные в жире коренья и сформованные чайной ложкой клецки. Варить на слабом огне, пока картофель не станет мягким, а клецки не всплывут. Готовый суп посыпать рубленой зеленью.

Клецки приготовить следующим образом: взбить яичный желток с бульоном или молоком и растопленным маслом, затем смешать с мукой. Дать постоять, чтобы мука разбухла. Для вкуса добавить соль и пряные травы, желательно добавить измельченную сушеную мелиссу.

Картофельный суп с манными клецками

8 картофелин, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 ст. ложки масла, лавровый лист, перец, зелень, соль.

Для клецек: 5 ст. ложек манной крупы, 1 ст. ложка масла, 1 яйцо, 2 ст. ложки бульона или воды.

Очищенный и нарезанный кубиками картофель опустить в кипящий мясной бульон или воду. После закипания добавить нашинкованные соломкой и поджаренные на масле морковь, репчатый лук, корень петрушки.

Отдельно приготовить клецки: в вязкую кашу из манной крупы положить масло, яйцо и размешать. Полученную массу разделать на клецки. За 5-10 мин до окончания варки в суп положить клецки, лавровый лист, перец, посолить по вкусу.

Суп из сушеных овощей

240 г сушеного картофеля, 8 г сушеной моркови, 8 г сушеного лука, 1 ст. ложка масла, зелень, соль.

Сушеные картофель и овощи перебрать и промыть. Овощи залить холодной водой и оставить для набухания на 3–4 часа. Картофель замочить отдельно. Набухшие картофель, овощи варить в той же воде. Морковь и лук потушить с маслом. Суп можно приготовить на мясном бульоне или на воде с добавлением сливочного масла.

Готовый суп посыпать мелко нарубленной зеленью.

Супы из субпродуктов

Рассольник московский с почками

500 г почек, 250 г корешков петрушки, 180 г корня пастернака, 100 г корня сельдерея, 120 г репчатого лука, 180 г лука-порея, 120 г щавеля, 120 г шпината или салата, 180 г соленых огурцов, 60 г сливочного масла, 450 мл молока, 5 желтков, 30 г зелени, 2 л бульона.

Подготовленные сырые почки нарезать, залить холодной водой. Воду слить, промыть почки, вновь залить водой и варить до готовности. В кипящий бульон положить пассерованные овощи, припущенные огурцы, специи, варить 15–20 мин. За 5–8 мин до окончания варки в рассольник добавить шпинат, щавель, соль, огуречный рассол (по вкусу), который предварительно следует прокипятить и процедить.

При подаче положить в тарелку почки, добавить смесь сырого желтка с молоком (температурой 60–70 °С), налить рассольник, посыпать его зеленью.

Так же готовить рассольник с телятиной, бараниной, курицей, цыпленком.

Солянка из субпродуктов

400 г говяжьих костей, 1 л воды, 20 г вареного языка,

90 г вареного сердца, 100 г вареных почек, 60 г вареного вымени, 2 луковицы.

Остальные продукты и способ приготовления те же, что и для мясной солянки.

Суп из печенки (Польша)

250 г печени, 3 головки репчатого лука, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 2 л бульона из концентрата, 2 ломтика белого хлеба, соль.

Мелко нарезать луковицы среднего размера и обжарить с 2 ст. ложками масла. Затем прибавить муку и спассеровать. Пассеровку развести 2 л бульона (8 кубиков концентрата развести в 8 стаканах кипятка) и варить 10 мин. Посолить по вкусу.

Отдельно в кастрюле разогреть 1 ст. ложку масла и обжарить в нем печень, нарезанную кубиками, и 2 ломтика белого хлеба (без корочки), также нарезанные кубиками. Накрыть кастрюлю крышкой и тушить. Затем влить бульон. Суп варить при кипении до готовности печени.

Суп с кнелями из печени

500 г мяса, 200 г печени, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 2 картофелины, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. ложка панировочных сухарей, перец и соль по вкусу.

Приготовить бульон из мяса, лука, моркови, петрушки и цельных картофелин. Печень пропустить через мясорубку, растереть с растопленным маслом, желтками и сухарями. Добавить взбитые белки, перец и соль по вкусу. Осторожно перемешать. Брать смесь чайной ложкой, смоченной горячим бульоном, и опускать в бульон небольшие кнели. Когда они всплывут на поверхность, снять суп с огня. Растереть сваренные цельные картофелины и опустить пюре в суп.

Флячки по-варшавски

1 кг говяжьего рубца, 500 г говяжьих костей, 400 г овощей (лук-порей, корень петрушки, морковь), 2 ст. ложки жира, 1 ст. ложка муки, мускатный орех, красный перец. черный перец, имбирь, майоран. 3 ст. ложки натертого сыра, соль.

Рубец тщательно очистить ножом, несколько раз промыть в теплой воде, вычистить солью и щеткой, снова промыть 2–3 раза, залить холодной водой, довести до кипения, воду слить, рубец обдать холодной водой.

Кости вымыть, залить холодной водой, сварить бульон, 1/2 л бульона отлить, а в оставшийся положить рубец и варить его примерно 4 часа до мягкости, присоединив к концу варки ароматические коренья (морковь, петрушку, лук-порей) — половину от их общего количества. Оставшиеся овощи нарезать соломкой, положить в растопленный жир, влить стакан воды и варить под крышкой до готовности. Готовый рубец снять с огня, охладить в бульоне, вынуть, нарезать в виде тонкой лапши, положить в соус, прибавить овощи, посолить, приправить по вкусу мускатным орехом (смесь по густоте должна напоминать суп).

Для соуса растопить в сковороде жир, подрумянить в нем муку до светло-золотистого оттенка, тщательно перемешать, влить бульон, довести до кипения.

Флячки подавать в суповой миске. Отдельно подать натертый сыр, красный перец, молотый имбирь и майоран.

Суп из бычьих хвостов с овощами

250-300 г коровьих или бычьих хвостов, 1 л воды, 2 моркови, ломтик брюквы или 1 репа, 1 корень петрушки, кусочек сельдерея, 1 большая луковица, 1 ст. ложка сливочного масла или бульонного жира, 1/2 стакана свежего или консервированного горошка, 1 маленький кочан цветной капусты, 3–4 горошины черного перца, 1/2 лаврового листа, зелень, соль.

Хорошо промытые хвосты залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить на медленном огне 2–3 часа, пока мясо не начнет отделяться от костей. Бульон процедить, положить в него обжаренные в масле или в бульонном жире коренья, нарезанные соломкой либо тонкими ломтиками, горох и разобранную на мелкие кочешки цветную капусту. Добавить

приправы и варить до готовности. Незадолго до окончания варки положить в суп снятое с костей и нарезанное мелкими кусочками мясо.

Готовый суп посыпать зеленью.

Суп из свиных субпродуктов

Свиные ноги, уши, хвост, 1 головка репчатого лука, 2 головки чеснока, 1–2 моркови, 1/2 корня сельдерея, 3–4 лавровых листа, 2 яйца, 2–3 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложка хрена.

Хорошо промыть свиные ноги, уши и хвост, положить их в глубокую кастрюлю и залить холодной водой. Прибавить головку репчатого лука, разрезанного пополам, очищенный чеснок, разобранный на дольки, морковь, сельдерей и лавровый лист. Когда вода закипит, посолить. Доведя мясо до мягкости, отделить его от костей и нарезать кусочками. Бульон процедить и снова положить в него нарезанное мясо. Заправить суп яйцами, взбитыми с уксусом. При желании можно прибавить 1 ст. ложку хрена, измельченного на мелкой терке.

Чорба из бараньих желудков

2-3 бараньих желудка, 1 головка репчатого лука, 4 ст. ложки жира, 2 ст. ложки муки (без верха), 1 ч. ложка молотого красного сладкого перца, 2 яйца, уксус, черный перец, зелень петрушки, соль.

Тщательно зачистить и промыть бараньи желудки. Затем залить необходимым количеством воды и сварить. Доведя до кипения, посолить. Готовые желудки вынуть из отвара и нарезать лапшой.

Мелко нарезанную головку репчатого лука спассеровать с жиром и мукой. Пассеровку посыпать полной чайной ложкой молотого сладкого красного перца и развести процеженным отваром, в котором варились желудки. Довести до кипения и положить нарезанные желудки. Продолжать варку при слабом кипении 8- 10 мин. Затем заправить яйцами и уксусом по вкусу.

При подаче посыпать черным перцем и мелко нарезанной

зеленью петрушки.

Чорба из субпродуктов барашка

700 г легкого, печенки, сердца и брыжейки барашка (равные части), 5–6 перьев зеленого лука, 2–3 пера зеленого чеснока, 3 ст. ложки масла, 2 ст. ложки риса, несколько веточек мяты, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки уксуса, сливочное масло, молотый красный перец, соль.

Взять 700 г легкого, печенки, сердца и брыжейки барашка (равные части). Субпродукты хорошо промыть, залить холодной водой и довести до кипения. Затем посолить. Сваренное мясо вынуть и нарезать мелкими кубиками, удалив прожилки и кровеносные сосуды. Бульон процедить.

Очистить и мелко нарезать перья зеленого лука и чеснока, а затем обжарить их в 3 ст. ложках сливочного масла. Поджаренный лук положить в бульон, добавить рис, нарезанные потроха и несколько веточек мяты (мяту вынуть после того, как чорба будет снята с огня). Доведя рис до мягкости, прибавить столовую ложку муки. Муку предварительно развести 2 ст. ложками уксуса и 2 ст. ложками воды. Чорбу продолжать варить при кипении еще 5–6 мин.

При подаче положить в каждую глубокую тарелку по 1 ст. ложке сливочного масла, слегка разогретого с небольшим количеством сладкого молотого красного перца.

Суп из телячьей головы с фаршированными яйцами

1 телячья голова, 1,5 кг мяса лопатки, 100 г сливочного масла, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, ломтик сельдерея, 100 г картофельной муки, 50 г маслин, соль по вкусу.

Мясо отделить от костей. Из костей сварить бульон. Мясо нарезать небольшими кусками, обжарить на сковороде в духовке, хорошо подрумянив. Когда мясо будет красным, опустить его в костный бульон и варить на небольшом огне 2–3 часа, т. е. до тех пор, пока бульон не станет красным.

Из телячьей головы вынуть язык и мозг. Язык и голову (из

головы удалить кости) сварить в несоленой воде. Мозг сварить в соленой воде.

Лук и коренья крупно нарезать и потушить в небольшом количестве бульона с кусочком масла. Сваренную голову промыть в холодной воде, нарезать довольно крупными кусками. Мозг нарезать тонкими ломтиками. Все соединить, добавить тушеные коренья, очищенные от косточек маслины. Положить все в кастрюлю, залить бульоном, процеженным через марлю, добавить картофельную муку, разведенную 1/2 стакана холодного бульона, хорошо размешать, прокипятить и подавать.

Вместо пирожков к супу подаются фаршированные яйца, запанированные в яйцах и сухарях и обжаренные во фритюре. Для этого сварить вкрутую яйца по числу обедающих (по одному яйцу на порцию). Горячие сваренные яйца положить в холодную воду, чтобы при очистке хорошо отходила скорлупа, разрезать их пополам вдоль, из каждой половинки вынуть желтки, протереть через дуршлаг, смешать с кусочком сливочного масла и рубленой зеленью петрушки. Посолить, поперчить по вкусу, заполнить этим фаршем половинки яиц, соединить их так, чтобы получились целые яйца, хорошо прижать, чтобы начинка их слепила. Обвалять яйца в разболтанном яйце и сухарях, снова обмакнуть в яйцо и в сухари, затем опустить в кипящий фритюр и обжарить со всех сторон.

СУПЫ С ДОМАШНЕЙ ПТИЦЕЙ И ДИЧЬЮ

Бульоны из птицы и дичи

Куриный бульон

1 курица, 2 головки репчатого лука, соль.

Ощипать и выпотрошить курицу. Обмыть и поставить варить целой. Старая курица варится дольше, но бульон из нее вкуснее.

Куриный бульон приготовляют так же, как мясной, с той разницей, что в куриный бульон, чтобы сохранить его специфический вкус, не кладут коренья, а только лук. Куриный бульон подают горячим, с галушками, макаронными и мучными изделиями, рисом и пр. Куриный бульон с рисом можно заправить желтком и лимонным соком. Заправленный куриный бульон с рисом вкуснее незаправленного и богаче витаминами.

Куриный бульон с кореньями

300-400 г куриного мяса (из 1 курицы получается 2–3 л бульона), по 10–15 г моркови, корня петрушки или сельдерея, лука-порея или репчатого лука, перец, соль, 1 л воды.

Бульон из курицы варят так же, как из говядины. Время варки обычно составляет 1,5–2 часа, для бройлеров несколько меньше, для старых кур больше.

Бульон из курицы с потрохами

1 курица (средний вес 1 кг), 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, соль, 2,5–3 л воды.

Курицу насухо вытереть полотенцем и опалить (если требуется) на огне спиртовки или на газе, отрубить шейку и лапки, выпотрошить и тщательно промыть.

Желудок разрезать, очистить и снять с него пленку; сердце надрезать; лапки ошпарить, снять с них кожу и обрубить когти; голову ощипать; с печени осторожно срезать желчный пузырь. Все потроха промыть.

На тушке курицы, ниже грудки, сделать два надреза и заправить в них ножки, а крылышки подогнуть к спинке — это придает тушке более красивую и удобную для варки форму.

Подготовленные таким образом курицу и потроха вместе с очищенными и разрезанными кореньями положить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть крышкой и поставить варить. Появившуюся в начале кипения пену снять шумовкой. Время варки курицы колеблется от 1 до 2 часов, в зависимости от ее величины и возраста.

Готовность курицы определяют при помощи вилки. Если вилка свободно прокалывает мясо ножки, то курица готова. Курицу и потроха вынуть из бульона, положить в другую кастрюлю и накрыть. Бульон процедить.

Куриный бульон с затиркой (еврейская кухня)

1 курица (около 1 кг), 1 морковь, половина луковицы, 100–120 г пшеничной муки, 1–2 яйца, коренья, соль.

Курицу почистить, выпотрошить, залить холодной водой, добавить морковь, соль, лук, коренья. Варить под закрытой крышкой до готовности. Процедить, снова довести до кипения, в кипящий бульон опустить затирку из муки (фарфелех) и варить 10–15 мин.

Фарфелех готовят следующим образом: пшеничную муку просеять, в горку муки влить 1–2 сырых яйца и замесить (вернее, закрутить) муку в маленькие шарики — величиной с мелкую горошину. В затирке, кроме соли, яиц и муки, ничего нет. При желании можно сделать фарфелех и крупнее.

Куриный бульон с рисом

Бульон по рецепту «Куриный бульон с затиркой», 200 г риса, соль по вкусу.

Рис промыть, отварить отдельно (на 1 стакан риса — 2,5 стакана воды). Варить с открытой крышкой, пока вода не будет поглощена, затем закрыть кастрюлю крышкой и выключить газ. Готовый рассыпчатый рис перед подачей опустить в горячий бульон.

Куриный бульон с вермишелью

Бульон по рецепту «Куриный бульон с затиркой», вермишель домашнего приготовления из 1 яйца и 40 г пшеничной муки, соль по вкусу.

Вермишель домашнего приготовления: из муки, воды и яиц замесить крутое тесто, очень тонко его раскатать, нарезать тонкими полосками. Вермишель варить около 10 мин в большом количестве воды, откинуть на сито, промыть холодной кипяченой водой. Перед подачей опустить готовую вермишель в горячий бульон.

Куриный бульон с мясными фрикадельками

Бульон по рецепту «Куриный бульон с затиркой», 200 г мяса, 1 яйцо, 1 луковица, 3 зубчика чеснока, 1 картофелина, перец и соль по вкусу.

Фрикадельки из говядины, но чаще из куриного мяса готовят

так: мясо пропустить через мясорубку вместе с луком, чесноком и сырым картофелем, добавить яйцо, соль, перец, сформовать фрикадельки, отварить их в бульоне и подать порционно с бульоном.

Куриный бульон с манными клецками

800 мл бульона, 100 г манной крупы, 2 яйца, 40 г пшеничной муки.

Бульон приготовить по рецепту «Куриный бульон с затиркой». Манные клецки сделать так: сварить крутую манную кашу, охладить, добавить муку, яйцо, замесить; раскатать тесто колбаской, разрезать на отдельные кусочки, скатать шарики, опустить в кипящий бульон и варить около 10 мин.

Куриный бульон с клецками из муки и шкварок (еврейская кухня)

Бульон, 60 г пшеничной муки, 400 г сала, 50 г репчатого лука, 50 г чеснока, 1 яйцо.

Приготовить бульон по рецепту «Куриный бульон с затиркой». Муку просеять, добавить яйцо, соль, воду, замесить тесто; разделить на отдельные порции, раскатать в шарики, вложить в каждый шкварки и сало с поджаренным репчатым луком, опустить в кипящий бульон и варить, пока шарики не всплывут на поверхность.

Бульон с клецками из кур

2-2,5 л прозрачного бульона.

Для клецек: 100 г мякоти (филе) курицы, 1 яичный белок, 1/4 стакана молока, ломтик белого хлеба.

Для приготовления клецек нужно мясо курицы пропустить через мясорубку, добавить белок яйца, а также размоченный в молоке отжатый хлеб и посолить. Все это хорошо перемешать и пропустить еще 1–2 раза через мясорубку, а затем положить в кастрюлю и размешать. После этого, постепенно добавляя молоко (по столовой ложке), выбить массу лопаточкой, протереть через

сито, чтобы получить гладкую однородную массу. Эту массу разделать при помощи двух чайных ложек (как мучные клецки) и опускать в горячую воду.

Готовые клецки вынуть из воды шумовкой, выложить на тарелки, залить куриным бульоном и посыпать зеленью петрушки.

Куриный бульон с мучными клецками

1 курица, 50 г зеленого лука, 1 пучок зелени петрушки, соль по вкусу.

Для клецек: 50 г сливочного масла, 1/2 стакана воды, 100 г пшеничной муки, 3 яйца.

Разделанную, опаленную и вымытую курицу положить в кастрюлю, добавить очищенные потроха (кроме печени и сердца), поставить на сильный огонь и довести до кипения. Снять пену, посолить, положить связанные в один пучок зеленый лук и зелень петрушки. Убавить огонь и на очень слабом огне доварить курицу. Бульон процедить, дать ему вскипеть, опустить в него клецки; когда они поднимутся на поверхность, выключить огонь.

Приготовление клецек: подсоленную воду с маслом вскипятить и сразу же всыпать всю муку. Размешать, чтобы не было комков, и, выключив огонь, оставить на плите, чтобы масса постепенно остыла до температуры парного молока. В теплую массу по одному втереть яйца. Брать тесто чайной ложкой и опускать в кипящий суп. Можно сварить клецки отдельно в кипятке, промыть в холодной воде, обсушить и дать прокипеть в бульоне.

Бульон с кнелями

400 мл куриного бульона или бульона из дичи.

Для кнельной массы: 60 г мяса курицы или рябчика, 30 мл молока, 4 г сливочного масла, 7 г яичного белка.

Мясо рябчика или курицы (филе) нарезать, пропустить через мясорубку, протирочную машину или протереть через сито. Полученную массу положить в кастрюлю, поставить ее на лед и взбивать веселкой, постепенно добавляя яичный белок и вливая в 5–6 приемов охлажденное молоко. Взбивание продолжать до

получения однородной пышной массы (масса должна сползать с веселки).

Разделать кнели при помощи двух чайных ложек и выпустить их в виде маленьких пуговок из бумажной трубочки на смазанный маслом противень. Подготовленные кнели залить горячей водой и нагреть до кипения. Готовые кнели вынуть шумовкой из воды, залить небольшим количеством бульона и хранить на водяной бане.

При подаче в тарелку положить кнели и налить прозрачный бульон. В бульон можно добавить предварительно ошпаренные кипятком листики петрушки или сваренный шпинат.

Бульон с кнелями и овощами (соломкой)

400 мл мясного или куриного бульона, 30 г моркови, 10 г репы, 10 г пастернака, 5 г сельдерея, 15 г лука-порея, 5 г шпината, 5 г сливочного масла.

Для кнельной массы: 30 г мяса курицы или рябчика, 15 мл молока, 2 г сливочного масла, 4 г яичного белка.

Овощи приготовить так же, как для бульона с овощами; кнельную массу из курицы или дичи разделать в форме пуговок.

При подаче в тарелку положить овощи вместе с отваром, кнели и налить бульон.

Бульон с кнелями и салатом

400 мл мясного или куриного бульона, 40 г листьев 1 салата.

Для кнельной массы: 40 г мяса курицы или рябчика, 20 мл молока, 1 г сливочного масла, 5 г яичного белка.

Листья зеленого салата (латука или другого) погрузить в кипяток на 2–3 мин, откинуть на сито, облить холодной водой и разложить тонким слоем на доске. Подготовленные листья смазать кнельной массой из курицы или дичи, разровнять и свернуть в виде рулетов диаметром до 2 см. Положить рулеты в сотейник, смазанный маслом, налить немного бульона и припустить. Рулет нарезать на кружочки, положить в тарелку и залить прозрачным бульоном.

Бульон с кнелями, кореньями и горошком

400 мл мясного, куриного бульона или из дичи, по 25 г моркови, репы и пастернака, 15 г зеленого горошка.

Для кнельной массы: 30 г мяса курицы или рябчика, 15 мл молока, 2 г сливочного масла, 4 г яичного белка.

Морковь, репу и пастернак нарезать кружочками диаметром 1,5–2 см и сварить в бульоне. Готовые коренья смешать с вареным зеленым горошком. Приготовить из рябчика или курицы кнельную массу и разделать кнели.

Положить гарнир в тарелку и залить прозрачным бульоном.

Бульон прозрачный из курицы, кролика или индейки

1 кг курицы, 150 г мякоти мяса, 40 г репчатого лука, 3–4 л воды, 80 г кореньев (моркови, корня сельдерея, петрушки), соль по вкусу.

Обработанную мякоть говядины залить холодной водой, поставить на огонь, довести до легкого кипения, снять накипь, посолить и поставить варить, изредка снимая жир и накипь, при слабом кипении. Очищенную и заправленную курицу положить к отвариваемому мясу и варить все на слабом огне до готовности. За 30–40 мин до конца варки в бульон добавить крупно нарезанные и (при желании) слегка обжаренные репчатый лук и коренья.

Сваренную курицу вынуть из бульона, остудить и нарубить на равные по количеству мякоти порции. Бульон окончательно посолить по вкусу и процедить через частое сито или салфетку.

При подаче к столу в тарелку положить кусочек курицы и залить ее горячим бульоном. Бульон можно подать также с яичным, мучным и овощным гарнирами. Оставшееся вареное мясо использовать для другого супа или второго блюда.

Куриный бульон можно приготовить и без говядины. Однако в этом случае он может получиться не очень крепким и не очень прозрачным. Если же хотят иметь совершенно прозрачный куриный бульон без говядины, то его делают из костей курицы, которые мелко рубят и (при желании) слегка обжаривают. Куриные кости можно добавить в бульон из говяжьих (не обжаренных) костей часа за 3 до конца его варки.

Так же приготовляют бульоны из индейки и кролика.

Бульон из дичи

1 фазан (или 1 тетерев, или 4 рябчика), 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1–2 стебля сельдерея, соль, 2–3 л воды.

Бульон из дичи готовят обычно в тех случаях, когда варят дичь для салата или для приготовления под майонезом, а также при наличии костей и зачисток от дичи, идущей на приготовление вторых блюд (например, когда готовят котлеты из фазана, тетерева, куропатки, рябчика и др.). В этом случае кости и зачистки надо разрубить помельче, сложить в суповую кастрюлю, добавить туда же поджаренные без масла морковь, петрушку, луковицу, положить 1–2 стебля сельдерея (или несколько ломтиков корня сельдерея), залить водой и поставить на огонь.

Когда бульон закипит, снять пену и продолжать варку на слабом огне около часа. Перед окончанием варки бульон посолить, дать ему отстояться и затем процедить.

Бульон с рулетом из дичи

400 мл бульона из дичи.

Для кнельной массы: 65 г филе дичи, 35 мл молока, 7 г яичного белка, 5 г сливочного масла, овощи: 25 г моркови, 10 г пастернака или петрушки, 10 г консервированного горошка, 10 г шпината.

Обработать овощи и приготовить кнельную массу, как описано ранее. Рулет приготовить из кнельной массы, которую начинить овощами (диаметр рулета 3,5–4 см), завернуть рулет в промасленную пергаментную бумагу и припустить с небольшим количеством жидкости в закрытом сотейнике. Готовый рулет до подачи к столу хранить на водяной бане.

При подаче к столу рулет нарезать кружочками, положить в тарелку, добавить сваренный шпинат и налить прозрачный бульон; отдельно можно подать пирожки.

Бульон с корзиночками из дичи

400 мл мясного, куриного бульона или из дичи, по

25 г моркови и репы, 10 г пастернака, 5 г шпината, 5 г сливочного масла.

Для кнельной массы: 60 г мяса рябчика, 30 мл молока, 5 г сливочного масла, 7 г яичного белка.

Овощи нарезать мелкими кубиками, слегка спассеровать и припустить в бульоне до готовности (жидкость к концу варки выпарить). Шпинат нарезать, сварить и смешать с овощами. Приготовить кнельную массу из рябчика. Маленькие порционные формочки смазать маслом, положить в них кнельную массу слоем в 5–6 мм, а на нее — подготовленные овощи, которые покрыть сверху слоем кнельной массы (5–6 мм). Украсить корзиночки морковью, зеленью и сварить на водяной бане. Хранить готовые корзиночки из кнельной массы и овощей в бульоне на водяной бане.

При подаче положить их в тарелку и налить прозрачный бульон.

Бульон с сельдереем

400 мл прозрачного мясного бульона, 40 г сельдерея.

Приготовить прозрачный мясной бульон. За 10–15 мин до окончания варки добавить нарезанный ломтиками корневой сельдерей или ветки салатного сельдерея, дать бульону настояться, а затем процедить.

Подавать бульон в чашках, отдельно подать гренки с сыром или пирожки.

Заправочные супы с птицей и дичью

Щи из свежей капусты на курином бульоне

100 г курицы, 500 г белокочанной капусты, 2 картофелины, по 50 г лука репчатого и моркови, 20 г сливочного масла, 4 зубчика чеснока, соль.

В кипящий куриный бульон опустить нашинкованную капусту и нарезанный дольками картофель. Варить до готовности. В конце варки заправить щи пассерованным луком и морковью и посолить.

Отдельно подать чеснок.

Борщ полтавский с галушками

70 г гуся или курицы, 60 г свеклы, 80 г свежей капусты, 70 г картофеля, 10 г моркови, 5 г корня петрушки, 15 г репчатого лука, 5 г шпика, 5 г топленого свиного сала, 10 г томата-пюре, 5 г сахара, 5 мл 3 %-ного уксуса, 15 г сметаны, лавровый лист, зелень укропа или петрушки, соль.

Для галушек: 30 г пшеничной или гречневой муки, 1/4 яйца, 50 мл воды или бульона.

Борщ готовить на бульоне из курицы или гуся. Свеклу, коренья и репчатый лук нарезать ломтиками и готовить так же, как для украинского борща. В процеженный кипящий бульон положить нарезанный кубиками картофель, шинкованную капусту и варить 10–15 мин, затем добавить свеклу с луком и кореньями, варить до готовности, снять с огня и дать настояться в течение 15–20 мин.

Для приготовления галушек в кипящую воду всыпать третью часть муки, хорошо размешать и снять с огня. После охлаждения добавить в тесто яйца, оставшуюся муку, хорошо перемешать, а затем столовой ложкой набирать тесто, опускать в кипящую подсоленную воду и варить до готовности.

При подаче в тарелку кладут галушки, сметану, зелень петрушки.

Борщ по-удмуртски

100 г курицы, 80 г свеклы, 100 г капусты, 40 г помидоров, 20 г моркови, 20 г репчатого лука, 10 г корня петрушки, 3 г укропа, 20 г муки, 20 г сливочного масла, 1/4 яйца, 20 г сметаны, 5 мл 3 %-ного уксуса, соль, специи.

Приготовить бульон из курицы. Свеклу нарезать мелкой соломкой и тушить в сотейнике вместе с жиром, уксусом и бульоном до готовности. Морковь, петрушку, репчатый лук и помидоры мелко порезать и спассеровать вместе. Капусту нашинковать мелкой соломкой, положить в бульон, через 5–7 мин положить туда же нугы- ли из кислого теста. Перед концом варки ввести в борщ свеклу, пассерованные коренья, лук, помидоры, специи по вкусу и дать покипеть. При подаче в тарелку положить

кусочки куриного мяса, сметану и зелень укропа.

Приготовление нугылей: в простое кислое тесто добавить яйцо и сливочное масло, замесить, разделить на кусочки, раскатать их на тонкие жгуты и нарезать по- лоски длиной 6–7 см и толщиной 4–5 мм.

Борщ с клецками

50 г гуся или утки, 80 г свеклы, 60 г свежей капусты, 20 г моркови, 20 г репчатого лука, 5 г корня петрушки, 15 г томата-пюре, 2 г чеснока, 10 г топленого масла, 5 г муки, 5 г сахара, 5 мл 3 %-ного уксуса, соль.

Для клецек: 40 г муки, 5 г топленого масла, 1/2 яйца, 60 мл бульона, соль.

Рекомендуется варить борщ обычным способом с гусем или уткой.

В кастрюлю с бульоном положить топленое масло, соль, довести до кипения, при непрерывном помешивании всыпать просеянную муку и прогревать получившееся тесто в течение 5-10 мин. После этого массу охладить до 60–70 °С, добавить перец красный молотый, лавровый лист, сырое яйцо и все хорошо перемешать.

Подготовленное тесто поместить в кондитерский мешок, выдавить в бульон и варить при слабом кипении 7-10 мин.

Клецки положить в борщ при подаче к столу.

Борщ с уткой и сосисками

30 г утки, 30 г говяжьей грудинки, 20 г сосисок, 5 г сушеных белых грибов, 20 г капусты, 100 г свеклы, 20 г репчатого лука, 25 г лука-порея, 5 г корня сельдерея, 5 г корня петрушки, 10 г топленого масла, 20 г сметаны, 40 мл свекольного настоя, лавровый лист, гвоздика, майоран, зелень у соль.

Свеклу, лук-порей, коренья сельдерея и петрушки нарезать соломкой, репчатый лук нашинковать и все вместе спассеровать на топленом масле. Заложить в мясной бульон нарезанную соломкой капусту, слегка обжаренную утку, предварительно отваренную в бульоне до полуготовности говяжью грудинку, отварить сушеные белые грибы, нарезанные соломкой, и варить

борщ до готовности на слабом огне. За 7-10 мин до конца варки ввести в борщ пассерованные овощи, пучок зелени с добавлением майорана, лавровый лист, гвоздику и посолить. Готовые мясные продукты и зелень вынуть из бульона, заправить борщ смесью сметаны'и свекольного настоя, а при подаче положить в тарелку кусок утки, грудинки, обжаренную сосиску и зелень.

Борщ с потрохами

120 г потрохов, 80 г свеклы, 100 г капусты, 80 г картофеля, 20 г моркови, 10 г корня петрушки, 20 г репчатого лука, 100 мл хлебного кваса, 15 г томата-пюре, 5 г муки, 10 г топленого масла, 15 г сметаны, 5 г зелени петрушки, соль.

Очищенные и хорошо промытые потроха (шейку, крылышки, желудок, сердце, печень) варить до готовности с добавлением 1/3 части кореньев.

Бульон процедить, а потроха нарезать небольшими кусочками. Свеклу нарезать соломкой, добавить томат- пюре, соль, 1/4 часть хлебного кваса и тушить до готовности. Коренья и репчатый лук нарезать соломкой и слегка обжарить вместе с мукой. В бульон положить нарезанный дольками картофель и нашинкованную капусту, довести до кипения, добавить подготовленную свеклу, коренья, хлебный квас, соль и варить до готовности. При подаче к столу в тарелку положить потроха, сметану, зелень.

Примечание. Печень нужно варить отдельно от остальных потрохов и отвар от нее не использовать.

Рассольник с курицей, цыплятами или индейкой

1 кг курицы, 400 г соленых огурцов, 120 г репчатого лука, 320 г лука-порея, 120 г корня петрушки, 160 г корня сельдерея, 800 г картофеля, 65–80 г пшеничной муки, 80 г сливочного масла, 3 лавровых листа, 4 горошины душистого перца, 40 г укропа или 80 г зелени петрушки, соль по вкусу, 4–5 л воды.

Для льезона: 100 г сметаны или 1,5 стакана сливок или молока, 2 яйца (желтки), 50 г сливочного масла.

Обработанную курицу залить холодной водой, довести до кипения, снять накипь, посолить и варить на слабом огне до готовности. Готовую курицу вынуть из бульона, охладить, разрубить на кусочки, а бульон процедить и вскипятить.

Соленые огурцы очистить от кожицы, разрезать вдоль на 4–5 частей, срезав крупные семена, нарезать маленькими ромбиками и отварить в воде до полуготовности.

Бульон заправить мучной пассеровкой, добавить в него слегка обжаренные (без изменения окраски) на масле репчатый лук, лук-порей, петрушку, сельдерей, лавровый лист, душистый перец горошком и прокипятить. После этого положить очищенный и нарезанный дольками картофель, через 3–5 мин — подваренные огурцы и варить суп до готовности.

Готовый суп заправить по вкусу прокипяченным и процеженным огуречным рассолом, солью и перед подачей постепенно влить в него льезон (яичные желтки, размешанные со сметаной, сливками или молоком и сливочным маслом); при этом суп все время энергично мешать. Кипятить суп после введения льезона нельзя, иначе яйца свернутся (кастрюлю с супом следует держать в горячей, но не кипящей воде).

При подаче к столу в каждую тарелку положить кусочек прогретой отварной курицы, налить рассольник и посыпать его укропом или зеленью петрушки.

Так же приготовляется рассольник с цыплятами, индейкой, телячьей грудинкой, кроликом и телячьими почками.

Рассольник с курицей

1 небольшая тушка курицы (около 800 г), 2 моркови, 2 головки репчатого лука, 1 корень петрушки, 1 ломтик

корня сельдерея, 4–6 картофелин, 2 огурца, 1–2 ст. ложки топленого масла, 4 ст. ложки сметаны, лавровый лист, черный перец (2–3 горошины), зелень петрушки и укропа, соль.

Курицу залить водой и варить до полуготовности, затем в бульон положить спассерованные на масле коренья и лук, нарезанный кубиками картофель, припущенные огурцы, добавить лавровый лист, перец, 1 стакан прокипяченного, процеженного огуречного рассола и варить рассольник до готовности.

Из готового рассольника вынуть курицу, разрезать ее вдоль, затем поперек на несколько частей. В тарелки положить по куску курицы, налить рассольник, заправить его сметаной, посыпать зеленью петрушки и укропа.

Рассольник с потрохами домашней птицы

1 порция: 75 г потрохов, 45 г корня петрушки, 30 г пастернака, 15 г сельдерея, 20 г репчатого лука, 30 г лука-порея, 20 г щавеля, шпината или салата, 30 г соленых огурцов, 10 г сливочного масла, 10 г сметаны, 5 г зелени, лавровый лист, перец, зелень, соль, 350 мл бульона или воды.

Головы, шейки, крылышки домашней птицы тщательно опалить. Разрубить шейку на 3–4 части, крылышки — на 2 части; вынуть глаза, отрубить клюв; сердце надрезать и удалить кровь; желудок разрезать пополам и снять внутреннюю пленку; лапки ошпарить и снять ороговевший покров. Все промыть холодной водой. Залить горячей водой или бульоном (мясным или костным), положить перец, лавровый лист, зелень, корни петрушки, сельдерея и пастернака, варить при слабом кипении 1,5–2 часа. Печень сварить отдельно. Бульон процедить, через 15–20 мин снять с поверхности жир, приготовить на этом бульоне рассольник так же, как рассольник московский.

Перед подачей прогретые потроха положить в тарелку, налить рассольник, добавить сметану, посыпать зеленью.

Вместо сметаны в тарелки можно добавить яично-молочную смесь (1/5 яйца и 75 мл молока на порцию).

Солянка из птицы

400-500 г костей птицы, 200 г вареного или

жареного птичьего мяса (особенно вкусна солянка из дичи), 1 л воды.

Остальные компоненты (кроме мясных продуктов) и способ приготовления те же, что и для мясной солянки.

Солянка из домашней птицы и дичи

1 порция: 100 г гуся, 1/2 рябчика или серой куропатки (или 1/3 белой куропатки, или 1/6 фазана), 50 г репчатого лука, 30 г соленых огурцов, 10 г каперсов, 25 г маслин, 8 г оливок, 25 г томата-пюре, 10 г сливочного масла, 30 г сметаны, 1/10 лимона, лавровый лист, перец горошком, зелень.

Это блюдо приготовить так же, как солянку сборную мясную, но использовать вместо мясных продуктов вареную или жареную домашнюю птицу и дичь.

Лапша домашняя с курицей

1/2 курицы (около 500 г), 100 г моркови, 25 г корня петрушки, 50 г репчатого лука, 50 г лука-порея, 25 г жира, 25 г зелени, 2 л бульона.

Для лапши: 175 г пшеничной муки, 1 крупное яйцо, 50 мл воды, соль.

Коренья и лук нарезать соломкой, спассеровать с жиром, снятым с бульона, или со сливочным маслом. Приготовить домашнюю лапшу, подсушить ее и отсеять через сито. В кипящий куриный бульон положить коренья, а после того как бульон снова закипит — лапшу. Для сохранения прозрачности супа лапшу сначала опустить на 1 мин в горячую воду, откинуть на сито и, когда вода стечет, переложить в бульон. Варить лапшу в бульоне в течение 15–20 мин.

Подавать с куском курицы, измельченной зеленью петрушки или укропом.

Суп с лапшой и с потрохами

95 г потрохов домашней птицы, 20 г моркови, 5 г

петрушки, 10 г репчатого лука, 10 г лука-порея, 5 г сливочного масла, жира домашней птицы или столового маргарина, зелень.

Для лапши: 35 г муки, 1/4 яйца, 7 мл воды, соль.

Обработанные потроха домашней птицы, кроме печенки, сварить; печенку сварить отдельно. Для ароматизации бульона добавить пучок зелени («букет»).

Морковь, петрушку, лук репчатый нарезать соломкой и спассеровать на жире. В процеженный кипящий бульон, полученный после варки потрохов, положить овощи, лапшу и варить до готовности при слабом кипении.

При подаче положить в тарелку прогретые в бульоне потроха (желудок, нарезанный ломтиками, печенку — кусочками, крылышки и шейку, нарубленные на кусочки), налить суп и посыпать зеленью.

Так же можно приготовить суп с вермишелью.

Суп картофельный по-молдавски

100 г курицы, 150 г картофеля, 20 г моркови, 10 г петрушки, 5 г муки, 10 г столового маргарина, 15 г сметаны, 5 мл уксуса, 1/5 г красного перца.

Коренья, нарезанные соломкой, слегка спассеровать с жиром, добавить к ним уксус. В процеженный куриный бульон заложить картофель, нарезанный брусочками, а через 5–6 мин — пассерованные коренья и муку, разведенную бульоном. Суп заправить по вкусу солью, красным перцем и варить до готовности.

Подавать суп с куском вареной курицы, сметаной и зеленью.

Суп из курицы или индейки с рисом

350-400 г курятины или индюшатины с костями (можно использовать отходы — кости, шейки, крылышки и т. п.), 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 маленький лук-порей или 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, 3 картофелины, 1/4 стакана риса, зелень петрушки, 1–2 ломтика лимона, соль, 1 л воды.

Мясо залить холодной водой, довести до кипения, снять пену,

через 15–20 мин положить в бульон нарезанные овощи и рис. Репчатый лук или лук-порей можно предварительно обжарить в масле, но не подрумянивать. Когда суп вновь закипит, положить нарезанный кубиками картофель, варить 20–25 мин. Мясо вынуть, нарезать кусочками и положить обратно в суп. В самом конце варки суп посыпать мелко рубленой зеленью петрушки, при желании можно положить лимон.

Суп можно сварить и без картофеля, а вместо риса заварить клецки, фрикадельки из птичьего мяса, вермишель, лапшу и т. п.

Суп из курицы с крупой (Ирландия)

1 курица, 1 телячья голяшка, коренья для супа, щепотка майорана, 1 лавровый лист, 2–3 бутона гвоздики, 200 г ячневой крупы или овсяных хлопьев (овсяной крупы), гренки, соль.

Сварить курицу и телячью голяшку, добавить коренья для супа, крупно нарезанные, щепотку майорана, лавровый лист и гвоздику. Периодически удалять шумовкой образующуюся на поверхности пену. Через час прибавить ячневую крупу или овсяные хлопья. Довести курицу и мясо до готовности, вынуть их из супа, отделить мясо от костей и нарезать крупными кусками. Коренья также вынуть из супа и протереть через сито. Бульон процедить и положить в него нарезанное мясо и овощное пюре.

Подать суп горячим с мелко нарезанными гренками.

Суп-рагу из курицы

Мясо курицы или цыпленка, 1 головка репчатого лука, 1–2 моркови, 1–2 корня петрушки, 1 корень пастернака, 1 ломтик корня сельдерея, 15–20 горошин черного перца, 2 ст. ложки пшеничной муки (без верха), 4–5 ст. ложек жира, 1 ч. ложка сладкого молотого красного перца, 2 яйца, 1/2 стакана кислого молока (простокваши) или лимонный сок, соль.

Нарезать небольшими кусочками мясо курицы (или цыпленка). Залить его холодной водой и довести до кипения. Затем посолить и прибавить нарезанные кубиками овощи (головку репчатого лука, морковь, петрушку, пастернак и сельдерей), а также черный перец горошком. Доведя мясо и овощи до готовности, спассеровать 2 ст. ложки муки с 4–5 ст.

ложками жира, добавить чайную ложку сладкого молотого красного перца, развести бульоном и влить в суп. Продолжать варить суп при кипении еще 8-10 мин. Затем заправить яйцами и кислым молоком (простоквашей) или лимонным соком и подать.

Суп из птицы с овощами и соленым огурцом

350-400 г птичьих костей (можно также взять головы, шейки, крылышки) или кусков, оставшихся после приготовления жаркого, 2 корня петрушки, 1/2 сельдерея, 1 луковица, 1 лук-порей, долька чеснока, 2 картофелины, 100 г шпината, щавеля, сныти, зеленого салата и пр., 1 соленый огурец, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, лавровый лист, 2 ст. ложки сметаны или 1/4 стакана сливок и 1 яичный желток, рубленая зелень петрушки, перец, соль, 1 л воды.

Хорошо промытые птичьи кости разрубить на мелкие куски, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену. Варить на медленном огне, пока мясо не начнет отделяться от костей. Бульон процедить, мясо нарезать мелкими кусочками, кости удалить. Картофель нарезать кубиками или брусочками, положить в бульон и варить до полуготовности. Петрушку, сельдерей, репчатый лук и лук-порей нарезать соломкой и обжарить в жире. Чеснок натереть или растолочь с солью. Щавель, шпинат или сныть перебрать, промыть и измельчить. Соленые огурцы очистить от кожуры, нарезать и удалить семена. Приготовленные продукты положить в суп и варить 15–20 мин. Суп посолить, добавить приправы, в случае надобности долить огуречный рассол. В готовый суп положить сметану, кусочки мяса и зелень. Вместо этого можно взбить сливки с яичным желтком, залить их кипящим супом и посыпать суп рубленой зеленью.

Овощной суп в горшочке с цыпленком

400 мл мясного бульона, 70 г цыпленка, 30 г моркови, 20 г репы, 15 г лука-порея, 10 г сельдерея, 60 г савойской капусты, 5 г сливочного масла, 20 г гренков.

В горшочек положить кусок сырого цыпленка, нарезанные дольками морковь, репу, лук-порей, сельдерей, савойскую капусту, предварительно ошпаренную. Горшочек с овощами залить горячим процеженным бульоном, добавить растопленное

сливочное масло (без отстоя), закрыть посуду крышкой и поставить в духовку на 35–45 мин. Подать суп в закрытом горшочке. Отдельно подать гренки из пшеничного хлеба, нарезанного мелкими ломтиками.

Суп из цыпленка с крупой

Цыпленок, 1 головка репчатого лука, 1–2 моркови, 1 ломтик корня сельдерея, 2–3 корня петрушки, 15–20 горошин черного перца, 1 лавровый лист, вермишель или рис, 1–2 яйца, лимонный сок или винная кислота, соль.

Целого цыпленка или половину тушки более крупного цыпленка промыть, залить холодной водой и довести до кипения. Затем посолить, положить репчатый лук, морковь, сельдерей, петрушку, 15–20 горошин черного перца и небольшой лавровый лист. Цыпленка варить до готовности, затем вынуть, а бульон процедить и всыпать в него вермишель или рис. Суп доварить и заправить яйцами и лимонным соком или винной кислотой.

Цыпленка разрубить на куски, отделить мясо от костей, мелко его нарезать и слегка обжарить в сливочном масле. Положить в супник или распределить по тарелкам. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или черным молотым перцем и залить супом.

Суп из цыпленка с помидорами (Новая Зеландия)

Тушка цыпленка, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки жира, 1–2 зубчика чеснока, 150 г шпика, 3–4 помидора, 3 ст. ложки пшеничной муки, 4 стакана куриного бульона (концентрата), 1 стакан говяжьего бульона (концентрата), гренки, соль.

Спассеровать мелко нарезанную головку репчатого лука с 2 ложками жира. Последовательно прибавить мелко рубленный чеснок, шпик, нарезанный кубиками, помидоры, очищенные и нарезанные кусочками, и муку. Влить 4 стакана куриного бульона (концентрата). Доведя бульон до кипения, положить подготовленную тушку цыпленка и варить до мягкости. Затем цыпленка вынуть, отделить мясо от костей и нарезать его соломкой. Влить в суп 1 стакан говяжьего бульона (концентрата), положить нарезанное мясо цыпленка и продолжать варить до

готовности.

Суп подать с мелко нарезанными гренками.

Суп из цыпленка с ветчиной

Тушка цыпленка, 1 головка репчатого лука, 1–2 моркови, 1 ломтик корня сельдерея, 2 ст. ложки риса, 100–150 г ветчины, зелень петрушки и сельдерея, кусочек сливочного масла, 1–2 яйца, лимонный сок или винная кислота, соль.

Подготовленную тушку цыпленка разрубить на кус-, ки, положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения. Затем посолить, положить небольшую головку репчатого лука, мелко нарезанного, морковь и ломтик сельдерея, тоже мелко нарезанные. Приблизительно через 15 мин всыпать в суп рис, довести до кипения, а затем опустить мелко рубленную ветчину. Посыпать суп мелко нарезанной зеленью петрушки и сельдерея (2–3 веточки), снять с огня и положить кусочек сливочного масла величиной с грецкий орех. Затем заправить яйцами и лимонным соком и винной кислотой.

Таким же способом можно приготовить суп из курицы.

Суп из цыпленка с молоком

Тушка цыпленка, 1–2 моркови, 1 ломтик корня сельдерея, 1/2 головки репчатого лука, черный перец, 1 стакан молока, 2 ст. ложки вина, зелень петрушки, соль.

Подготовленную и промытую тушку цыпленка залить водой, сварить до готовности, прибавив морковь, ломтик сельдерея, половину луковицы, соль и черный перец горошком, сварить до готовности. Сваренного цыпленка вынуть из бульона, разрубить на куски, отделить одну часть для панирования, а другую часть нарезать, предварительно отделив мясо от костей, как для супа. Бульон процедить и положить в него нарезанное мясо, влить стакан молока и 2 ст. ложки вина. Затем суп снова довести до кипения.

Перед подачей посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или черным молотым перцем.

Суп из утки

1/2 утки, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 1/2 стакана перловой крупы, 1 ст. ложка масла топленого, 3 ст. ложки сметаны.

Утку хорошо промыть, выпотрошить, нарезать на порционные куски и вместе с потрохами положить в кастрюлю. Туда же положить пассерованные в масле лук и коренья, а также замоченную накануне вечером перловую крупу, хорошо процеженную от воды. Все это залить водой и на слабом огне варить до готовности.

Перед подачей заправить суп сметаной.

Суп из гуся

500 г гуся, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 4–5 кислых яблок, 3/4 стакана риса, 2 желтка, 1/2 стакана сметаны, соль по вкусу.

Сварить гуся с кореньями почти до готовности, добавить разрезанные пополам и очищенные яблоки. Рис сварить отдельно, залив его небольшим количеством бульона. Перед подачей бульон процедить, протереть в него коренья и яблоки, добавить рис, поставить суп на огонь, вскипятить.

Смешать желтки со сметаной и постепенно влить в суп, хорошо размешать. Положить в суп вареную мякоть гуся, предварительно нарезав ее на кусочки.

Суп из гуся или утки с картофелем и яблоками

Кости от жаркого из 1 гуся или 2 уток, 2 луковицы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка жира или маргарина, 1 ст. ложка пшеничной муки, 4 картофелины, 2 яблока, перец или пряные травы, 1 ст. ложка сметаны, зелень, соль, 1 л воды.

Кости от жаркого измельчить и поставить в холодной воде на огонь, довести до кипения, снять пену, варить на слабом огне около 1 часа, бульон процедить. Срезать с костей мясо, измельчить. Лук, морковь и петрушку мелко нарезать, обжарить в жире, чуть позже смешать с мукой. Картофель нарезать, положить в бульон вариться, посолить, через 10–15 мин добавить обжаренные коренья и лук с мукой, а также тертые яблоки. Заправить и варить, пока картофель не станет мягким.

При подаче к столу положить в суп сметану, посыпать зеленью.

Суп из гуся или утки с квашеной капустой и горохом

Кости от жаркого из 1 гуся или 2 уток, 1 луковица, 2 ст. ложки жира или маргарина, 1/2 стакана сухого гороха, 2 стакана квашеной капусты, 1 ст. ложка крупы, перец или пряные травы, 2 ст. ложки сметаны, зелень, соль, 1 л воды.

Сварить бульон, как указано в предыдущем рецепте, положить в него квашеную капусту, предварительно замоченный горох и крупу. Лук, нарезанный соломкой, обжарить в жире, добавить в бульон чуть позже. Заправить.

В готовый суп при подаче к столу положить кусочки мяса, сметану, посыпать зеленью.

Суп из гуся или утки со свеклой

Кости от жаркого из 1 гуся или 2 уток, 250 г свеклы, 100 г квашеной или 100 г свежей капусты и 1 кислое яблоко, 1 картофелина, 1 луковица, 1 морковь, 1 ломтик брюквы, 1/2 корня петрушки, 1 ст. ложка жира, 2 ст. ложки томатной пасты или 1 ст. ложка острого соуса, перец или пряные травы, 2 ч. ложки сахара, 1 ст. ложка столового уксуса, 2 ст. ложки сметаны, зелень, клецки из 1/2 стакана пшеничной муки или манной крупы, соль, 1 л воды.

Кости размельчить, залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, варить бульон 1 час, процедить. Нарезанную соломкой свежую капусту и картофель варить вместе, квашеную капусту — отдельно в части бульона (сваренный на кислом бульоне картофель будет жестким). К готовому картофелю добавить тертое яблоко, отдельно протушенную либо сваренную в кожуре и затем очищенную и нарезанную свеклу, капусту и приправы. Суп посолить, добавить сахар, положить срезанное с костей мясо и варить до готовности.

В готовый суп можно положить сметану и зелень. При желании добавить клецки, сваренные отдельно в подсоленной воде.

Суп из фасоли с копченым гусем или уткой

50 г копченого гуся или утки, 80 г фасоли, 20 г моркови, 10 г петрушки и сельдерея, 25 г репчатого лука, 10 г жира, лавровый лист, перец, зелень.

Перебрать и промыть фасоль, залить ее холодной водой или бульоном, положить копченого гуся или утку и варить. Когда птица станет мягкой, вынуть ее из супа, немного охладить и разрубить на порции. Коренья и лук мелко нарезать, спассеровать на жире, снятом с бульона, и за 10–15 мин до готовности супа положить в него вместе со специями (лавровый лист, перец).

При подаче положить в тарелку кусок вареной птицы, суп посыпать мелко нарубленной зеленью.

Суп гороховый с копченым гусем или уткой

50 г копченого гуся или утки, 70 г лущеного гороха, 10 г муки, 10 г жира, 40 г репчатого лука, 30 г гренков, зелень.

Горох перебрать, промыть так же, как фасоль, и залить водой. Варить копченую птицу до тех пор, пока она не станет мягкой, а горох не разварится до пюреобразного состояния. Лук мелко нарезать, спассеровать на жире, снятом с бульона, и положить в суп за 15–10 мин до его готовности; одновременно заправить суп белым соусом и довести до вкуса.

При подаче положить в тарелку кусок птицы и посыпать суп зеленью. Отдельно к супу подать гренки из белого хлеба, нарезанные мелкими кубиками.

Суп из гусиных потрохов

Гусиные потроха, крылышки, ножки, шейка, голова, 1 морковь, 1 ломтик корня сельдерея, 1/2 головки репчатого лука, 15–20 горошин черного перца, 2 ст. ложки риса или У4 стакана вермишели, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень петрушки, 1–2 яйца, 1/2 стакана кислого молока (простокваши или кефира), соль.

Потроха промыть холодной водой и сварить вместе с

крылышками, ножками, шейкой и головой, прибавив морковь, ломтик сельдерея, репчатый лук, черный перец горошком и соль по вкусу. Доведя потроха до мягкости, вынуть их и мелко нарезать. Бульон процедить и положить в него нарезанное мясо. Снова довести до кипения, всыпать рис или вермишель и варить до готовности. Затем снять с огня и немедленно положить ложку сливочного масла и мелко нарезанную зелень петрушки. Заправить яйцами и кислым молоком (простоквашей или кефиром).

Суп из куриных потрохов

Потроха от 2 кур, 4 луковицы, 2 ст. ложки масла, 250 г помидоров, 2 ст. ложки риса, 2 желтка, 3 ст. ложки сметаны.

Потроха опалить, желудки освободить от пленок, все хорошо промыть и поставить варить до полуготовности. Затем вынуть из бульона, очистить от косточек и нарезать на мелкие кусочки. Лук мелко нарезать и обжарить в масле до светло-золотистого цвета. Туда же положить нарезанные потроха, все хорошо подрумянить на огне, добавить очищенные от кожи и нарезанные кубиками помидоры. Тушить все вместе, часто помешивая, на среднем огне до тех пор, пока масло не покраснеет. Задить бульоном, вскипятить, всыпать рис, сварить до готовности.

Перед подачей суп заправить сметаной, смешанной с желтками. Суп хорошо прогреть, не доводя до кипения, так как желтки могут свернуться.

Суп овощной с потрохами

125 г куриных потрохов (кроме головок, шеек и ножек), 75 г свежей капусты, 15 г моркови, 15 г пастернака, 15 г сельдерея, 20 г лука-порея, 15 г перловой крупы, 10 г сливочного масла или маргарина, 2 г зелени.

Куриные потроха, главным образом желудки, крылышки и сердце, сварить; бульон использовать для супа. Печень отдельно обжарить на масле и хранить до подачи к столу. Овощи нарезать соломкой.

Морковь, пастернак, лук-порей и сельдерей слегка спассеровать с маслом.

В горячий бульон положить подготовленную перловую крупу и варить, затем заложить капусту, коренья и варить суп при слабом кипении до готовности.

Заправить суп по вкусу.

Суп с потрохами и домашней лапшой

1 кг потрохов домашней птицы, по 60-100 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 40 г корня петрушки и сельдерея, 40 г жира, 2,5 л воды, 2–3 горошины душистого перца, 1–2 лавровых листа, 25 г укропа, соль по вкусу.

Для лапши: 1 яйцо, 150 г пшеничной муки, 2 ст. ложки воды.

Нарезанные мелкими кусочками обработанные потроха залить холодной водой, довести до кипения, снять накипь, посолить и варить при слабом кипении.

Приготовить лапшу: на сухой стол или специальную фанерную доску насыпать горкой муку, сделать в ней углубление, выпустить яйцо, влить 2 ст. ложки воды, добавить соль и замесить крутое тесто, которое на 20–30 мин поставить в холодное место. Затем, все время подсыпая муку, тесто тонко (в 1–2 мм) раскатать и нарезать длинными полосками шириной 5–6 см; когда они слегка подсохнут, сложить по 4–5 полосок друг на друга и тонко нарезать поперек. Лапшу разрыхлить, слегка пересыпать мукой и поставить в теплое сухое место.

В почти готовый бульон (с мягкими потрохами) положить нарезанные соломкой и обжаренные на жире репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, душистый перец горошком и лавровый лист, все прокипятить и через 5-10 мин всыпать лапшу, хорошо отряхнув ее от муки и разрыхлив. При слабом кипении варить суп до готовности.

Перед подачей к столу суп заправить по вкусу солью, посыпать укропом или зеленью петрушки и сельдерея.

Суп охотничий

125 г куриных потрохов, 100 г картофеля, 20 г моркови, 10 г петрушки, 15 г репчатого лука, 10 г зеленого лука, 30 г пшеничной муки, 5 г шпика, 4 г зелени, специи.

Сварить куриные потроха до готовности. В процеженный бульон от потрохов заложить вымытое пшено, слегка спассерованные коренья и лук, картофель, нарезанный кубиками, лавровый лист, перец и варить до готовности. В конце варки добавить зеленый лук.

СУПЫ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

Рыбные бульоны

Рыбный бульон

400-500 г целой рыбы или рыбных зачисток (голова, кожа, плавники, позвоночная кость), 1 морковь, 1 корень петрушки, лук-порей или 1 небольшая головка репчатого лука, стебель укропа, 3–4 горошины душистого перца, 1/2 лаврового листа, соль, 1 л воды.

Подготовленную рыбу или рыбные зачистки положить в кастрюлю, залить холодной водой, закрыть крышкой и довести до кипения. Добавить нарезанные коренья, соль и варить на слабом огне 30–40 мин. От сильного кипения бульон становится мутным, при длительной варке ухудшается его вкус. Пряности следует положить к концу варки. Рыбу вынуть шумовкой, бульону дать отстояться, затем процедить через двойной слой марли, уложенной на сито, либо через смоченный холодной водой кусочек ткани, так как иногда при варке в бульоне образуются мелкие хлопья. Процеживать следует осторожно, чтобы осевшие на дно хлопья не поднялись со дна кастрюли.

Прозрачный рыбный бульон можно подать в чашах, как мясной или куриный бульон. К бульону из рыбы подходят рыбные пирожки или другие печеные изделия. В бульон можно положить отварной рис, куски вареной рыбы, клецки и т. п. Сверху посыпать рубленым укропом.

Костный рыбный бульон

1 кг рыбных костей, по 50 г петрушки и репчатого лука, 1 лавровый лист, 1–2 горошины душистого перца, соль по вкусу, 3–3,5 л воды.

Кости рыбы (голову без жабр, хвост, плавники, позвоночник и

реберные кости), а также кожу с чешуей промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить на слабом огне. Через 30–60 мин добавить обрезки или стебли петрушки и репчатый лук, душистый перец горошком, лавровый лист и варить 1–1,5 часа при чуть заметном кипении, время от времени снимая пену. В конце варки бульон по вкусу заправить солью.

Готовый бульон процедить через сито, салфетку или марлю и употреблять для приготовления различных супов, щей, борщей, рассольников, солянок, соусов и пр.

Голову, кости и кожу рыбы осетровых пород перед варкой следует промыть в теплой воде. Чем свежее рыба, тем меньше специй (лавровый лист, перец, лук, петрушка) кладут в бульон.

Бульон из частиковой или красной рыбы

500-600 г рыбы, по 1 шт. репчатого лука и петрушки, соль, 2–3 л воды.

Для приготовления рыбного бульона употребляется частиковая рыба (судак, окунь и др.), а также красная рыба (осетрина, севрюга, белуга).

Бульон из частиковой рыбы приготовляется так: рыбу очистить от чешуи, разрезать брюшко, вынуть внутренности, промыть, нарезать рыбу на порционные куски, из голов вынуть жабры. Приготовленную таким образом рыбу положить в кастрюлю, зашить холодной водой, добавить соль, коренья и лук, нарезанный ломтиками, и варить при слабом кипении 25–30 мин. После этого куски рыбы вынуть, а голову и хвост продолжать варить еще 15–20 мин. Куски рыбы можно положить в тарелки с супом или использовать как самостоятельное второе блюдо.

Рыбный бульон можно сварить также из костей, голов и других зачисток частиковой рыбы. В этом случае с сырой очищенной рыбы снять филе для приготовления из него второго блюда. Кости разрубить на несколько частей, из голов удалить жабры, добавить хвосты и плавники; все это промыть, положить вместе с кореньями в кастрюлю, залить холодной водой и варить при медленном кипении около часа.

Если рыбный бульон варить из красной рыбы, то рекомендуется брать готовое филе. Рыбу залить холодной водой, добавить соль, коренья, лук, нарезанный ломтиками, и варить при медленном кипении 30–40 мин. Вареную рыбу можно использ'овать для второго блюда.

Во всех случаях готовый бульон нужно процедить и затем

использовать для приготовления супов.

Осветленный рыбный бульон

1 л рыбного бульона, 2 сырых яичных белка.

Мутный рыбный бульон можно осветлить при помощи яичных белков. Для этого их надо взболтать, смешать с горячим бульоном, кастрюлю снять с огня и дать постоять 10–15 мин, накрыв крышкой, а затем процедить через сито, накрытое марлей.

Пряный красный бульон из трески

500 г свежей трески, 1 большая луковица, 1 корень петрушки, 1 лук-порей, 1 маленький лавровый лист, 1/2 ч. ложки тимьяна, 3 ст. ложки сливочного масла, 1–2 ст. ложки томатной пасты, 1 зубчик чеснока, 2 ст. ложки пшеничной муки, красный молотый перец, 3/4 стакана (150 мл) сухого белого вина или шерри, 1 ч. ложка соли, 1 л рыбного бульона или воды.

У трески удалить внутренности, выскрести из брюшка темную пленку, отрезать голову и плавники. Из головы вынуть жабры. Разделать рыбу на филе.

Голову, позвоночную часть и плавники подержать 20 мин в холодной воде, чтобы бульон получился совсем прозрачным, затем варить с кореньями и пряностями на слабом огне 10 мин. Бульон процедить. Куски рыбы сварить отдельно, бульон процедить и смешать с бульоном из зачисток.

В кастрюле растопить сливочное масло, прогреть в нем томатную пасту, добавить рубленый и толченый чеснок и муку, потушить некоторое время все вместе, постоянно помешивая. Постепенно влить бульон и варить, продолжая помешивать, около 10 мин. Готовый суп посолить, заправить вином и положить 1–2 ст. ложки сливочного масла.

К бульону можно подать гренки из белого хлеба и в отдельной посуде, обильно заправленный чесноком майонез, который каждый добавляет по вкусу. На 150 г майонеза берется 2–3 зубчика рубленого или толченого чеснока, пряный соус по вкусу и 2–3 ст. ложки мелко нарубленной зелени петрушки.

Коричневый рыбный бульон

400 г рыбы, 1 корень петрушки, 1 маленькая луковица, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка муки, перец горошком, 1 маленький лавровый лист, пряные травы, соль, 1 л воды.

Очищенную и промытую рыбу положить в холодную воду, довести до кипения, снять пену, добавить коренья, соль и варить на слабом огне 30–40 мин. Рыбу вынуть, бульон процедить.

В кипящем жире обжарить до коричневого цвета муку и постепенно влить бульон. В готовый бульон положить отварные куски рыбы и посыпать рубленой зеленью.

Уха

В отличие от рыбного супа, уху не заправляют маслом, крупой, мукой, жареным луком.

Лучшей речной рыбой для навара считаются ерши, пескари, окуни, налимы, а из морской — бычки. Достоинство этих сортов рыбы заключается в большом количестве покрывающей их слизи, которая дает крепость навару.

Рыбу, из которой готовят уху, не следует чистить снаружи, чтобы не снять драгоценную для бульона слизь. Из ершей даже не вынимают внутренности, но если это все-таки делают, надо соблюдать большую осторожность.

При чистке рыбы разрезают брюшко вдоль и через этот прорез вынимают кишки, желудок и плавательный пузырь. Печень и молоки следует оставлять в рыбе или, вынув их, использовать особо. Вынимая желудок, надо следить за тем, чтобы не раздавить желчный пузырь, иначе рыба будет горчить. У рыбы (кроме мелкой) вынимают также и жабры.

Внутренность очищенной рыбы надо промыть водой и вытереть полотенцем.

Рыбу для основы надо опускать в холодную воду и полностью ее выварить, а затем положить рыбу, которая кусками или в целом виде пойдет на стол. Эту рыбу, как только она сварится до готовности, следует немедленно вынуть из навара.

Если во время варки ухи добавить курицу, это придаст бульону и дополнительную крепость, и улучшит вкус (этот прием, дошедший до нас из прошлого века, до сих пор сохранился, в частности, в китайской кухне).

Бульон из рыбы надо варить на легком огне, чтобы как можно дольше задержать кипение, да и само кипение должно быть еле заметным.

Посуда, в которой варится уха, должна быть прикрыта.

Солить уху следует умеренно, а досаливать ее надо перед отпуском.

Готовый бульон процеживают через салфетку или сложенную в несколько раз марлю. Если бульон получился мутным, делают так называемую оттяжку (осветление) — с помощью льезона или паюсной икры.

Старинный способ оттяжки: паюсную икру (50-150 г икры для ухи в расчете на 6 человек) размять или истолочь с несколькими ложками холодной воды или рыбного бульона, присоединить один или больше яичных белков, влить все это в процеженный навар из рыбы, поставить на огонь и мешать, пока не закипит, после этого сдвинуть на легкий огонь и держать, пока навар не очистится. Если уха окажется не вполне чистой и прозрачной, ее надо процедить вторично, поставить на огонь, дать чуть-чуть закипеть и прибавлять по ложке холодной воды с несколькими каплями лимонного сока.

Уха — одно из самых древних русских жидких блюд. Теперь ухой называют только рыбный суп, в то время как раньше ухой называли и супы, приготовленные на различных бульонах — курином, мясном и др. Рыбная уха не имеет себе равных в европейской кухне.

Классическую русскую уху варят из судака, окуня, ерша, сига. К ним обычно добавляют (одну треть по весу) налима, сома, линя или язя. Такую уху называют белой.

На втором месте по вкусу — уха их жереха, сазана, голавля, сырка, карася, карпа, красноперки. Эта уха называется черной.

Кроме того, русская кухня знает уху рядовую, опеканную, вялую, пластовую и сладкую.

Но лучшей, конечно, является так называемая красная уха. Ее также называют янтарной, когда она особенно жирна и сделана с добавлением шафрана. Это уха из красной рыбы: осетра, белуги, севрюги, нельмы, лосося.

Хорошую уху можно приготовить и из морской рыбы. Для этой цели хорошо подходят треска, палтус, макрорус, нототения, ледяная рыба, угольная рыба, вомер, сквама, морской окунь.

Если уху готовят из мороженой рыбы, то ее не следует размораживать перед закладкой в уху.

Для ухи лучше брать более молодую, мелкую рыбу, стараясь выбирать менее подверженную порче хвостовую часть.

Наиболее удачно для ухи сочетание нежирной рыбы (трески, ледяной, макроруса, вомера) с жирной (палтусом, морским окунем, сквамой, нототенией).

Продолжительность варки рыбы, подаваемой с ухой, зависит от вида рыбы. В книге В. В. Похлебкина «Национальные кухни

наших народов» (М.: Центрополиграф, 1996) приведены следующие цифры: пресноводная рыба варится 15–20 мин (а рыба сибирских рек 25–30 мин), морская — 8-12 мин.

Уха получится значительно вкуснее, если варить ее без крышки, в открытой посуде, на медленном огне.

Лучшая уха — из нескольких сортов рыбы. Сначала варят, к примеру, ершей, окуней, процеживают бульон, опускают в него кусочки более ценной рыбы. На 6 тарелок ухи можно положить 2 ч. ложки соли, потом по вкусу досолить. Чем больше сварится рыбы, тем вкуснее уха. В нее добавляют сырой репчатый лук, коренья, лавровый лист, душистый перец. Пряностей не должно быть слишком много.

Современная кухня допускает для получения более крепкого бульона отварить в нем картофель. Этот прием более подходит для ухи из морской рыбы.

Едят уху с черным хлебом или рыбной кулебякой и другими пирогами с рыбой. Если уху подают без рыбы, ее разливают в чашки, если с рыбой — в тарелки с кусками рыбы.

Уха рядовая из речной рыбы

1,5 кг рыбы, 2 луковицы, 1/2 моркови (небольшой), 1 петрушка (корень и зелень), 1 корень пастернака, 2 картофелины, 1 ст. ложка укропа, 3 лавровых листа, 8 горошин черного перца, 1 ст. ложка эстрагона, 2 ч. ложки соли, 1,75 л воды.

В подсоленный кипяток положить картофелины, разрезанные на четвертушки, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь и петрушку и варить на слабом огне 20 мин, затем снять пену, при желании процедить, затем положить лавровый лист, перец, прокипятить еще 5 мин, усилить огонь и опустить в готовый бульон вычищенную и разрезанную на крупные куски (шириной 4–5 см) рыбу, варить ее на умеренном огне 15–17 мин, не давая сильно кипеть. В конце, если надо, досолить, засыпать зеленью петрушки, укропа и эстрагона, снять с огня, закрыть крышкой и дать настояться в течение 7–8 мин.

Уха рядовая из морской рыбы

1,5 кг рыбы или 1,25 кг филе (примерно по 500 г трески, палтуса, морского окуня), 2 луковицы, 1/2

моркови, 3 картофелины, 4 лавровых листа, 10–12 горошин черного перца, 1 лук-порей, 1 петрушка, 2 ст. ложки укропа, 4–5 тычинок шафрана, 4 ломтика (кружочка) лимона, 2 ч. ложки соли, 1,75 л воды.

В подсоленный кипяток положить нарезанный кубиками картофель, соломкой нарезанные морковь и петрушку, мелко нарезанный лук, прокипятить 10–15 мин на умеренном огне до полуготовности картофеля, затем заложить все пряности, кроме укропа и части порея, а через 3 мин — нарезанную крупными кусками рыбу и продолжать варить еще 8 мин на умеренном огне. При необходимости досолить. За минуту до готовности засыпать укроп, лук-порей.

Дать настояться, положить лимон (см. предыдущий рецепт).

Уха пластовая

Готовить так же, как уху рядовую, но из соленой и провяленной рыбы, распластанной вдоль. Первоначально такую рыбу надо ошпарить кипятком, в котором варился анис или фенхель. После этого ее можно класть в уху, но не 1,5 кг, как для рядовой ухи, а 1 кг.

Уха вялая

Готовить так же, как и рядовую уху, но из сушеной на солнце мелкой рыбы (сущика). Можно добавить сухие или свежие грибы.

Уха сладкая

Варить, как рядовую уху из речной рыбы, но моркови брать вдвое больше (целая морковь вместо половины) и нарезать ее мелкими кубиками. Следует увеличить также долю пастернака, а в качестве добавочных пряностей в бульоне в марлевом мешочке отварить в течение 5–7 мин (а затем вынуть) 1 ч. ложку семян аниса или фенхеля.

Уха опеканная

Набор продуктов тот же, что для рядовой ухи. Опеканную уху можно варить двумя способами.

1. Головы, хвосты, кости от разделанной рыбы сварить в течение 20–30 мин на умеренном огне, бульон процедить и отварить в нем в течение 5 мин крупные куски рыбы. Затем рыбу вынуть, обмакнуть во взбитое с 1 ч. ложкой муки яйцо, слегка обжарить (опечь — отсюда «опеканная») в сковороде на сливочном масле и вновь погрузить в кипящий рыбный бульон для доваривания еще на 3–5 мин.

2. Рыбу, овощи, пряности положить в глиняный горшок, залить кипятком, закрыть, поставить в нагретую духовку на большой огонь на 15 мин. Когда уха начнет кипеть, вынуть из духовки, добавить 1 ст. ложку сливочного масла, поверх налить хорошо взбитые 1–2 яйца и вновь поставить в духовку на 15 мин — до полного запекания (опекания) яиц.

Сборная уха

500 г рыбы, 1–2 моркови, 2 ломтика корня сельдерея, 2 головки репчатого лука, 3–4 корня петрушки, 1–2 корня пастернака, 1 лавровый лист, черный перец горошком, 3 ст. ложки сливочного масла (или растительного), 1 яйцо, лимонный сок, зелень петрушки, соль.

Очистить морковь, сельдерей, лук, петрушку, пастернак. Все мелко нарезать и сварить в подсоленной воде. Сваренные коренья протереть через сито и залить отваром. Довести до кипения и положить в бульон очищенную и промытую мелкую рыбу, лавровый лист, перец и 3 ст. ложки сливочного или растительного масла. Рыбу варить 20–25 мин.

Если уха будет подана в горячем виде, то заправить ее яйцом, лимонным соком и мелко нарезанной зеленью петрушки, а если в холодном, то посыпать уху крутыми яйцами, нарезанными кубиками, мелко нарезанными солеными огурцами и зеленью петрушки.

Уху можно приготовить и из крупной рыбы, нарезанной небольшими кусками.

Уха сборная с красной рыбой

В состав рыбной части ухи входят речная и красная рыба в соотношении 2:1 или 1:1. Порядок приготовления такой же, как для рядовой ухи. Из пряностей, помимо тех, что используются в

рядовой ухе из речной рыбы, можно добавить шафран и имбирь (на кончике ножа).

Уха двойная

1 кг мелкой рыбы, 500 г крупной рыбы, 500 г репчатого лука, 20 г сливочного масла, 50 г корня петрушки и сельдерея, 1/2 лимона, лавровый лист, черный перец горошком, соль по вкусу.

Мелкую рыбу очистить от внутренностей, голову — от жабр, вымыть, залить холодной водой и довести до кипения. Снять пену, добавить соль и специи и продолжать варить на медленном огне при слабом кипении около 1 часа. Рыба должна развариться полностью. Бульон процедить, добавить лук, петрушку, лавровый лист и варить в течение 5 мин.

Крупную рыбу очистить и разделать на чистое филе (без кожи и костей), нарезать на порционные куски, заложить в пряный отвар, довести до кипения, варить в течение 25–30 мин, периодически снимая пену. Горячий бульон заправить сливочным маслом.

Перед подачей на дно тарелки уложить куски крупной рыбы, два ломтика лимона, залить бульоном, посыпать зеленью.

Для приготовления первого бульона можно использовать и мороженую мелкую рыбу, но тогда вкус ухи будет хуже. Из крупной рыбы хороши толстолобик, карп, лещ, щука.

Уха двойная прозрачная

1 кг ершей, окуня, судака, 50 г репчатого лука, 40 г петрушки, 20 г паюсной икры, 1 яйцо, 1 лавровый лист, 2 горошины душистого перца, 25 г укропа или 40 г зелени петрушки, соль по вкусу, 3 л воды.

Окуня, ерша, судака очистить, удалить внутренности и жабры, снять филе, срезать реберные и плавниковые косточки и промыть. В кипящую подсоленную воду опустить освобожденные от жабр и хорошо промытые нарубленные головы и кости рыбы. Бульон довести до кипения, снять накипь и варить 1,5 часа на слабом огне. Затем бульон процедить, положить в него репчатый лук, петрушку, душистый перец горошком, вновь вскипятить, опустить промытое филе рыбы и варить 8-15 мин при слабом кипении. Когда рыба будет готова, осторожно вынуть ее

шумовкой, уложить на сито или тарелку, накрыть и вынести на холод.

Приготовить оттяжку: 30 г очищенного и нарубленного репчатого лука растереть в ступке с паюсной икрой, добавить сырой яичный белок, снова все растереть и развести холодной водой или хорошо охлажденным бульон (1 стакан). Готовый бульон процедить через частое сито или салфетку, охладить примерно до 60 °С, отделить третью часть и постепенно вливать ее в оттяжку, все время мешая. Полученную смесь соединить, энергично помешивая, с оставшимся бульоном и нагревать его, мешая от дна, на слабом огне до тех пор, пока не появятся белковые хлопья. После этого бульон довести до слабого кипения и варить еще 10–20 мин. Готовую отстоявшуюся уху посолить по вкусу и процедить через салфетку.

При подаче блюда к столу в тарелку положить кусочки отварной рыбы и налить уху. При желании ее можно посыпать укропом или зеленью петрушки. К ухе подать белый и черный хлеб, а также ломтики лимона.

Рыбу для ухи следует брать исключительно свежую, так как лежалая или соленая дает мутный бульон. Паюсная икра для оттяжки может быть заменена свежей икрой судака. Оттяжку можно сделать и без икры, однако при этом уха будет менее вкусной. Чем свежее рыба, тем меньше следует класть в уху кореньев и особенно лаврового листа и перца.

Уха желтая

1 кг мелкой рыбы, 50 г репчатого лука, 25 г корня петрушки, 25 г корня сельдерея, 1/2 г шафрана, перец горошком, соль.

Варить так же, как рядовую уху, только без лаврового листа. Готовую рыбу вынуть, а в бульон добавить шафран. довести до кипения, процедить и вновь довести до кипения.

Уха из ершей и окуней

750 г ершей ил окуней, 40 г паюсной икры, 25 г петрушки, 25 г сельдерея, 50 г репчатого лука, соль.

Лучшая уха получается из мелкой рыбы — ершей и окуней.

Обработанную рыбу залить холодной водой и, постепенно нагревая, довести бульон до кипения, затем удалить пену,

добавить петрушку, лук и продолжать варку в течение 40–50 мин. Готовый бульон процедить и осветлить оттяжкой из икры.

Для приготовления оттяжки икру растереть в ступке, постепенно прибавляя воду (по 1–2 ст. ложки) до тех пор, пока не получится однородная масса (икринки должны быть тщательно растерты). После этого массу развести холодной водой (200–250 мл воды на 50 г икры) и добавить соль.

Приготовленную оттяжку влить в бульон, хорошо размешать, закрыть посуду крышкой, нагреть до кипения, удалить пену и продолжать варку при слабом кипении 20–30 мин.

Готовый бульон снять с огня и дать ему отстояться (оттяжка оседает на дно), а затем процедить.

При изготовлении большого количества ухи оттяжку можно вводить в два приема. При варке в бульон следует добавить стебли петрушки и сельдерея, которые придают бульону (ухе) приятный аромат и красивый зеленоватый оттенок.

Уху подавать в бульонных чашках. Отдельно на пирожковой тарелке можно подать расстегаи или кулебяку с вязигой или рыбным фаршем.

Уха из налима

500 г налима и печени, 1/2 лимона, 25 г зелени, 25 г сливочного масла, 50 г моркови, лавровый лист, перец, соль, 2 л бульона.

С налима снять кожу, отделить печень, рыбу промыть, нарезать на порционные куски.

Печень сварить отдельно в подсоленной воде.

В глиняный горшочек положить куски налима, залить бульоном, добавить лавровый лист, перец и варить, снимая пену. Морковь натереть на терке, прогреть с маслом 15–20 мин, до окрашивания масла. Масло слить и добавить в уху.

Подавать уху с куском рыбы и печени. Отдельно подать ломтики лимона, зелень, расстегаи, кулебяку.

Бульон сварить из рыбной мелочи, кожи, плавников и костей налима.

Уха из стерлядей

500 г стерляди, 10 г сливочного масла, 25 г моркови, 1/3 лимона, зелень, перец горошком, соль, 2 л рыбного

бульона.

Стерлядь, жир которой имеет желтую окраску, очистить выпотрошить и хорошо промыть. Соскоблить ножом с кожи слизь, а затем для полного ее удаления протереть рыбу салфеткой. В порционную миску или сотейник налить прозрачный рыбный бульон, довести его до кипения, заложить куски стерляди, добавить перец горошком (2–3 зерна) и варить 10–15 мин (в зависимости от величины кусков рыбы). Появляющуюся на поверхности пену удалять, оставляя блестки жира.

Если на поверхности ухи недостаточно жира, последний ввести дополнительно. Для этого морковь, измельченную на терке, спассеровать на сливочном масле, процедить и влить несколько капель масла в бульон. После тепловой обработки от рыбы отделить хрящи.

Подавать уху в той же миске, в которой она варилась, или в подогретой тарелке, в которую положить кусок стерляди и налить рыбный бульон. Отдельно на розетке подать ломтик лимона и мелко нарезанную зелень. К ухе можно также подать расстегаи или кулебяку с вязигой.

Уха стерляжья с печенью налима

500 г стерляди, 125 г печени налима, 25 г моркови, 15 г сливочного масла, 1 лимон, перец горошком, зелень, соль, 2 л рыбного бульона.

Эту уху готовить и подавать так же, как уху из стерлядей (см. предыдущий рецепт), но при подаче к столу в каждую тарелку положить кусок печени налима (25 г), предварительно припущенной в подсоленной воде с добавлением лимонного сока.

Уха из стерляди или осетрины с шампанским

1 кг ершей, 1–1,5 кг стерляди или осетрины, 2 головки репчатого лука, 3–4 корешка петрушки, 3–4 ломтика корня сельдерея, 1 пучок зелени укропа, 1/2 стакана икры разделанной рыбы (ершей, окуней), 3–4 ст. ложки рубленого зеленого лука, 1/2 лимона, 1/2 бутылки шампанского, соль.

Сварить уху из ершей с кореньями, процедить и осветлить икрой.

Стерлядь или звенья осетрины нарезать на куски, вытереть насухо полотенцем, опустить в горячую прозрачную уху и сварить рыбу на слабом огне (10–15 мин с момента закипания).

Куски готовой стерляди или осетрины выложить в суповые тарелки, посыпать зеленью укропа и осторожно залить процеженной ухой. Шампанское подать или отдельно, или (для острого вкуса) влить его в уху. К ухе подать ломтики очищенного от кожицы и семян лимона и мелко нарезанный зеленый лук.

Уха из осетровых рыб

500 г рыбы, 25 г моркови, 1/3 лимона, 15 г сливочного масла, зелень петрушки и укропа, перец горошком, лавровый лист, соль, 2 л рыбного бульона.

Осетрину разделать на звенья, ошпарить и нарезать. Чешуйчатую рыбу разделать на филе без реберных костей и нарезать. Уху варить так же, как из стерляди.

Уха раковая

В рыбную часть этой ухи входит 2 части мяса рака и 1 часть мяса рыбы, лучше всего щуки или другой пресноводной рыбы. Из этой смеси сделать тельное с добавлением лука, черного молотого перца и 1 ст. ложки пшеничной муки (на 1 кг рыбы). Уху варить из мелкой свежей речной рыбы, которую после разваривания вынуть, после чего бульон процедить и опустить в него тельное, которым предварительно наполнить раковые панцири. Закладка овощей и пряностей та же, что для рядовой ухи, за исключением укропа, которого надо взять вдвое больше.

Летняя ушица (Финляндия)

1 кг свежей рыбы, 3–5 луковиц, 1 стакан рубленой зелени укропа и петрушки, соль, 1,5 л воды.

Ушица отличается высокой концентрацией рыбного бульона. Готовят ее из мелкой рыбы разных сортов. Луковицы закладывают целиком, не разрезая, а после готовности блюда их вынимают.

Зимняя ушица (Финляндия)

1/2 кг сущика, 4–5 луковиц, 1 ст. ложка ячневой крупы, соль, 1,5 л воды.

Зимнюю ушицу готовят так же, как летнюю, но для нее вместо свежей рыбы используют сущика.

Перед варкой его, как правило, вымачивают.

Уха рыбацкая натуральная

1 кг свежей рыбы (судак, щука, крупный окунь, треска, ерш и др.), 1 головка репчатого лука, корень петрушки, корень сельдерея, перец черный и душистый горошком, лавровый лист, зелень петрушки или укропа, соль.

Рыбу очистить, филе отделить от костей и кожи. Головы (без жабр), кости и кожу тщательно промыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить коренья, обжаренный лук, соль, перец, лавровый лист и варить на медленном огне, тщательно снимая пену, до тех пор, пока бульон не приобретет приятный вкус. После этого бульон процедить, опустить в него рыбное филе, нарезанное на порционные куски, и поставить варить. Когда рыба сварится, ее вынуть шумовкой из бульона, положить на блюдо, бульон еще раз процедить.

Перед подачей к столу в тарелки положить разогретые кусочки рыбы, напить бульон, заправив его мелко рубленной зеленью петрушки или укропа. К ухе можно подать расстегаи или кулебяку с рыбой.

Уха рыбацкая с картофелем

1 кг свежей рыбы, 1 кг картофеля, 150 г репчатого лука, 3 горошины душистого перца, 2 лавровых листа, 30 г укропа, 60 г зеленого лука, соль по вкусу, 3–4 л воды.

Свежую рыбу (судака, крупного окуня, треску, щуку, налима и др.) очистить от чешуи, выпотрошить, снять с кости оба филе, срезать с них реберные и плавниковые кости и промыть. Из голов (без жабр) и костей сварить бульон, процедить его и снова вскипятить. Филе нарезать кусочками, опустить в кипящий бульон и варить 10–15 мин при слабом кипении до готовности. Затем рыбу вынуть, очистить от костей и положить на тарелку.

Бульон процедить, вскипятить, опустить в него очищенный и нарезанный колечками или ломтиками репчатый лук, лавровый лист, душистый перец горошком, через 5–8 мин добавить нарезанный дольками или кубиками картофель и варить все при слабом кипении до готовности. Суп заправить по вкусу солью.

Перед подачей к столу в тарелки положить разогретые отваренные кусочки рыбы, налить суп и посыпать мелко нарезанным укропом, зеленым луком или петрушкой.

При небольшом количестве супа (2–3 порции) в бульон можно закладывать одновременно рыбу, лук и картофель.

Уха рыбацкая простая

3-4 свежие рыбы (600–700 г), 6–8 картофелин, 2 луковицы или зеленый лук, петрушка, укроп, перец горошком, лавровый лист, соль, 1 л воды.

У рыбы удалить чешую, внутренности и жабры, хорошо промыть. Картофелины разрезать пополам или на четвертинки, крупно нарезать лук. В кастрюлю положить картофель, лук и целиком рыбу, залить водой, добавить соль, пряности и варить на медленном огне 30–40 мин.

Готовую уху посыпать зеленью.

Уха рыбацкая двойная

100 г свежего судака или налима, 300 г картофеля, 50 г репчатого лука, 20 г сливочного масла, перец горошком, лавровый лист, зелень, соль, 1 л бульона из рыбной мелочи.

Мелкую рыбу (из расчета 200 г рыбы на 1 л воды) выпотрошить, хорошо промыть, соединить с зачистками, полученными после обработки налима, и приготовить прозрачный бульон. После окончания варки бульон процедить.

В бульон заложить картофель целыми клубнями, лук головками, куски подготовленной рыбы (судака или налима) и варить 25–30 мин, снимая появляющуюся на поверхности пену. За 10–15 мин до окончания варки добавить перец, лавровый лист и соль.

После окончания варки с бульон положить сливочное масло.

Уха рыбацкая с помидорами

1 кг рыбной мелочи, 500 г судака, карпа, щуки, окуня, трески и другой рыбы, 2 луковицы, 1 морковь, 1–2 корня петрушки, 4–5 средних помидоров, 1–2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2 лавровых листа, 5–6 горошин душистого перца, 1 пучок зелени укропа, соль, 1,5–2 л воды.

Из рыбной мелочи сварить бульон (см., например, предыдущий рецепт). В полученном бульоне сварить до готовности нарезанную кусками крупную рыбу, затем вынуть ее, а бульон процедить. Овощи и коренья нарезать соломкой и спассеровать на масле. Помидоры очистить от кожицы, мелко порубить, прогреть на масле и положить в бульон. Туда же опустить пассерованные овощи и коренья и варить до готовности. В конце варки добавить в уху лавровый лист и перец.

При подаче в тарелку положить кусок рыбы, залить горячей ухой и посыпать мелко нарезанным укропом.

Уха бурлацкая

200 г рыбы, 250 г картофеля, 70 г репчатого лука, 15 г корня петрушки, 25 г сливочного масла, 15 г зелени, лавровый лист, перец, соль, 1 л бульона.

В кипящий бульон (из мелкой рыбы и рыбных костей) положить целые мелкие очищенные клубни картофеля, мелкие луковицы. В конце варки добавить соль, лавровый лист, перец. В глиняный горшочек положить кусочки отваренной рыбы, сливочное масло, залить ухой, довести до кипения. Подавать с зеленью.

Уха ростовская

250 г судака 350 г картофеля, 40 г корня петрушки, 60 г репчатого лука, 200 г помидоров, 25 г сливочного масла, лавровый лист, перец, зелень, соль, 1 л бульона.

В процеженный бульон из рыбных костей заложить картофель, лук, петрушку, нарезанные дольками, и варить в течение 20–25 мин. За 10–15 мин до окончания варки в кипящий

бульон положить филе судака (1–2 куска), а через несколько минут — помидоры и специи (лавровый лист, перец).

По окончании варки в уху добавить сливочное масло.

Подавать уху так же, как рыбацкую.

Уха донская

1 кг судака или другой рыбы, 500 г свежих красных помидоров, 50 г сливочного масла, зелень, черный перец горошком, лавровый лист, соль.

Очищенную рыбу положить в кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Когда вода закипит, опустить в нее нарезанные дольками помидоры. Через 5–7 мин помидоры вынуть, размять в отдельной посуде, удалить кожицу, а сок влить в уху. Добавить лавровый лист, соль. По окончании варки, сняв кастрюлю с огня, положить сливочное масло.

Уха херсонская

500 г мелкой рыбы, 500 г судака (или леща, или щуки), 600 г картофеля, 100 г репчатого лука, 50 г корня петрушки, 75 г томата-пюре, 25 г сливочного масла, 25 г шпика, 10 г чеснока, зелень петрушки, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Из мелкой рыбы и рыбных пищевых отходов сварить бульон, добавив лавровый лист и черный перец горошком процедить и довести до кипения. В кипящий бульон опустить нарезанный дольками картофель, мелко нарезанный репчатый лук, корень петрушки и варить 10–15 мин. Затем добавить порционные куски рыбы без кожи и костей, пассерованный на масле томат-пюре, соль и варить еще 10–15 мин. Уху заправить салом, растертым с толченым чесноком.

При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Уха сборная по-болгарски

700 г рыбы, 200 г моркови, 200 г репчатого лука, по 20 г корня сельдерея, петрушки, пастернака, 120 г сливочного или растительного масла, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Морковь, лук и белые корни мелко нарезать, сварить в подсоленной воде, отцедить, протереть через сито, залить отваром, довести до кипения. Добавить очищенную и промытую рыбу, разрезав ее на порционные куски, лавровый лист, перец, соль, сливочное или растительное масло и варить 20–25 мин.

Подавать можно как в горячем, так и в холодном виде. Если уху подавать горячей, то заправить ее вареным яйцом, соком лимона и мелко нарезанной зеленью петрушки. Холодную уху посыпать сваренными вкрутую яйцами, нарезанными кубиками, измельченными солеными огурцами и рубленой зеленью петрушки.

Уха по-сегедски(Венгрия)

250 г карпа, 200 г сома, 250 г стерляди, 250 г судака, 50 г репчатого лука, 65 г помидоров, 75 г зеленого стручкового сладкого перца, 12 г красного молотого перца.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, нарезать на куски (весом около 50 г), посолить. Головы, плавники и хвосты отварить в подсоленной воде вместе с нарезанным луком. Когда вода закипит, добавить красный перец и варить час на слабом огне. Затем отвар процедить, залить им подготовленную рыбу, добавить нарезанный длинными дольками зеленый стручковый перец, нарезанные помидоры и варить рыбу до готовности — еще 20 мин. Помешивать уху нельзя, можно только время от времени встряхивать кастрюлю.

Уха прозрачная по-венгерски

600 г мелкой рыбы, 600 г судака или окуня, 2 яйца (белки), лавровый лист, перец молотый красный и черный, зелень укропа, соль.

Мелкую рыбу очистить, выпотрошить и хорошо промыть, залить холодной водой, варить 25–30 мин, охладить и процедить через марлю. В остывшую уху ввести взбитые белки, дать отстояться, затем осторожно перелить в кастрюлю, добавить молотый красный и черный перец, соль, лавровый лист и снова поставить на огонь. Когда бульон закипит, положить в него куски крупной рыбы и варить 10–15 мин от момента закипания.

При подаче посыпать уху мелко нарезанной зеленью укропа.

Уха по-югославски

400 г мелкой рыбы или рыбных пищевых отходов, 500 г судака, 10 г зелени петрушки, 10 г зелени сельдерея, черный молотый перец, 3–4 горошины душистого перца, 1 лавровый лист, 80 г репчатого лука, 6 мл 3 %-ного уксуса, 1 яичный желток, 60 г хлеба.

Мелкую рыбу очистить, промыть, сложить в кастрюлю, посыпать рубленым репчатым луком, зеленью и специями, залить холодной водой (так, чтобы она только покрыла продукты) и варить на медленном огне 15–20 мин, снимая пену. Готовую уху процедить, добавить в бульон очищенного и разделанного на куски судака, посолить и варить еще 20 мин. Яичный (сырой) желток тщательно размешать с уксусом, развести 1–2 ст. ложками горячего бульона и заправить этой смесью уху. Хлеб нарезать ломтиками по 50 г, слегка поджарить.

При подаче в тарелку положить ломтик поджаренного хлеба, куски крупной рыбы и залить ухой.

Уха по-ирландски

500 г морской рыбы, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки смальца (свиного растопленного сала), 3–4 клубня картофеля, 4 помидора, мускатный орех, 1 веточка тимьяна, черный перец, укроп, петрушка, 1 ст. ложка сметаны, гренки, соль, 4 стакана воды.

Очистить и промыть 500 г морской рыбы. Отрезать головы и плавники. Разрезать рыбу вдоль пополам и удалить хребтовую кость. Головы, кости и плавники залить 4 стаканами слегка подсоленной воды и варить 30 мин. Затем отвар процедить.

Нарезать ломтиками 1 крупную головку репчатого лука и обжарить со смальцем. Добавить картофель, очищенный и нарезанный кубиками, помидоры, очищенные, без семян и мелко нарубленные, небольшой кусочек мускатного ореха, измельченный на терке, веточку тимьяна, соль и черный перец горошком. Залить рыбным отваром и варить 30 мин. Прибавить рыбу, нарезанную кубиками средней величины, и варить до мягкости (если отвара недостаточно, влить немного воды). Перед тем как снять суп с огня, заправить его мелко нарезанными укропом и петрушкой (1 пучок), затем продолжать кипятить еще несколько минут и добавить ложку сметаны.

Суп подать горячим с мелко нарезанными гренками.

Уха молочная

800 г рыбы, 1 л молока, 1 л воды, 40 г сливочного масла, соль.

В кастрюлю влить воду, добавить соль, довести до кипения, опустить куски очищенной рыбы, снова довести до кипения, влить молоко, варить до готовности и заправить маслом.

Особенно вкусна уха с окунями.

Уха с фрикадельками и картофелем

1 кг рыбы, 500 г картофеля, 100 г белого пшеничного хлеба, 50 г репчатого лука, 1 яйцо, 100 мл молока, 50 г сливочного масла, корень петрушки и сельдерея, перец черный горошком по вкусу.

Разделать рыбу на чистое филе (без кожи и костей), пропустить через мясорубку вместе с луком и замоченным в воде или молоке хлебом. Массу взбить, заправить солью, молотым перцем, яйцом, молоком, сливочным маслом и сделать фрикадельки шарообразной формы, диаметром примерно 1,5–2 см.

Кости, кожу, головы, плавники, хвосты промыть, залить холодной водой и варить до готовности, периодически снимая пену. Перед концом варки в бульон добавить специи, коренья. Готовый бульон процедить, довести до кипения и добавить картофель, нарезанный кубиками. Когда картофель проварится до полуготовности, опустить в бульон подготовленные фрикадельки и варить 10–12 мин, снимая пену.

Подать уху с измельченной зеленью.

Чтобы уха получилась вкуснее, можно в конце варки добавить прокипяченный рассол от соленых помидоров или огурцов или 1 ст. ложку лимонного сока.

Это блюдо можно приготовить из хека, трески.

Уха с рыбными кнелями

1 кг ершей, 1 кг окуней, 1–2 головки репчатого лука, 3–4 корешка петрушки, 1 пучок зелени, 1/4 лимона,

специи и соль по вкусу.

Сварить уху из ершей и отходов от окуней, процедить, довести до кипения, опустить туда кнели, приготовленные из филе окуня и варить не более 10 мин.

При подаче к столу в тарелки положить сваренные рыбные кнели, ломтики лимона, рубленую зелень и залить горячим бульоном.

Для остроты и пикантности вкуса в уху можно добавить 1/2 стакана шампанского или 1/4 рюмки хереса.

Уха с фрикадельками из икры

200 г икры свежей рыбы, 40 г репчатого лука, 20 г сливочного масла, 120 г белых молотых сухарей, 2 яйца, 40 г сливок, мускатный орех и соль по вкусу, 1,5 л рыбного бульона.

Икру свежей рыбы (щуки, окуня или др.) освободить от пленок и вместе с растопленным сливочным маслом и репчатым луком пропустить через мясорубку. Добавить сливки, соль, молотый мускатный орех, яйца, сухари и хорошо перемешать. Из полученной массы разделать маленькие фрикадельки и отварить их в ухе.

Заправочные рыбные супы

Щи рыбные

Щи свежие с рыбой

250 г рыбного филе, 500 г белокочанной капусты, 40 г шпика или другого жира, 1 луковица, 2 ст. ложки томата-пасты, петрушка или укроп, соль.

Мелко нарезанный лук обжарить в растопленном жире или шпике, добавить нашинкованную капусту и кусочки рыбного филе. В кипящую воду заложить обжаренные овощи и рыбу и варить, закрыв крышкой, на слабом огне. Через 10–15 мин добавить томат-пасту, соль и варить до готовности.

При подаче к столу посыпать мелко нарезанной зеленью

петрушки или укропа.

Щи донские с отварной рыбой

200 г отварной рыбы, 300 г белокочанной капусты, 1/2 луковицы, 1 морковь, 20 г белых кореньев сельдерея или петрушки, 60 г сливочного масла, 1,5 ст. ложки томата-пасты, 3 картофелины, 1 ст. ложка пшеничной муки, 4 ст. ложки сметаны, зелень, соль, 1 л рыбного бульона.

Капусту нарезать шашками и положить в кипящий рыбный бульон. Через 30–40 мин добавить пассерованные в сливочном масле репчатый лук, морковь и белые коренья, томат-пасту и нарезанный кубиками картофель. Незадолго до конца варки заправить щи мучной пассеровкой и солью.

При подаче положить в тарелки со щами отварную рыбу, сметану и мелко нарезанную зелень.

Щи донские праздничные

1 кг рыбы (осетрины, севрюги или белуги), 1,2 кг свежей капусты, по 90 г репчатого и зеленого лука или 30 г укропа, 60 г брюквы, 120 г моркови, 90 г корня сельдерея, 60 г корня петрушки, 300 г картофеля, 60 г сливочного масла, 50–70 г томата-пюре или 150 г (2–3 шт.) свежих помидоров, 2–3 лавровых листа, 2–3 горошины душистого перца, 120 г сметаны, соль по вкусу, 3–4 л воды.

Осетрину, севрюгу или белугу ошпарить, очистить, промыть, нарезать ломтиками толщиной 1 см (весом 25–50 г) или оставить целым куском, положить в кастрюлю, залить холодной водой, отварить до готовности, вынуть и охладить.

Очищенную от жабр голову, плавники и хвост промыть и отварить отдельно. От разварившейся головы отделить мякоть и соединить ее с готовой рыбой, а хрящи и кости варить еще 1,5–2 часа (до размягчения хрящей).

Готовые бульоны (от рыбы и отходов) слить вместе, процедить и прокипятить.

Очистить, промыть и нарезать квадратиками (как для свежих шей) капусту и опустить ее в кипящий рыбный бульон. Через 30–60 мин положить в него нарезанные кубиками и слегка обжаренные на масле коренья, репчатый лук, лавровый лист, душистый перец горошком и томат-пюре, а еще через 5 мин — нарезанный кубиками или дольками картофель. За 10–15 мин до конца варки в щи можно ввести мучную пассеровку. Готовые щи заправить по вкусу солью.

При подаче к столу в тарелку положить кусочки рыбы, мякоть головы и хрящи, запить щами, добавить сметану и мелко нарезанный зеленый лук или укроп.

Донские щи можно приготовить и из судака. Если щи варят только из голов осетровой рыбы, то их берут по весу в 2–3 раза больше, чем рыбы.

Щи кислые с рыбой

300-400 г рыбного филе, 200 г квашеной капусты, 50 г жира, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка томатной пасты, сахар, перец, сметана, соль, 1 л рыбного бульона.

Квашеную капусту мелко изрубить и потушить в жире. Добавить муку, при желании также томатную пасту и тушить все вместе несколько минут. Залить рыбным бульоном или кипяченой водой и варить на медленном огне под крышкой. Когда капуста будет почти готова, положить куски рыбы и варить до готовности.

Посолить, заправить сахаром и перцем. В тарелки положить сметану.

Щи кислые с рыбой и картофелем

250 г рыбы, 500 г квашеной капусты, 4 крупные картофелины, 1 морковь, 20 г петрушки, 1 луковица, 1,5 ст. ложки томата-пасты, 20 г муки, 40 г растительного масла, 40 г животного жира, 3–4 зубчика чеснока, зелень, соль.

В кипящую воду положить очищенный сырой картофель,

(целые мелкие клубни или крупные дольки), через 10–15 мин после закипания добавить тушеную квашеную капусту и варить щи как обычно. В конце варки положить специи, рубленый чеснок.

Отделить филе рыбы от костей, нарезать на куски, припустить. Рыбный бульон слить в щи. Можно рыбу предварительно запанировать, обжарить, положить в горшок со щами и довести до готовности.

Подать щи можно с зеленью, без сметаны, с расстегаями.

Щи из квашеной капусты с морской рыбой

300 г рыбы (ставриды, скумбрии, тунца), остальные продукты — как для обычных щей.

Рыбу разделать на филе. Сварить рыбный бульон из костей. Потушить квашеную капусту, приготовить обычные щи. Подготовленную рыбу нарезать на куски. Запанировать, обжарить на растительном масле (можно рыбу припустить, сварить в малом количестве воды, а бульон использовать для щей).

Рыбу положить в глиняный горшок, залить щами, довести до готовности. Подать щи с зеленью, без сметаны, с расстегаями из рыбы.

Щи из квашеной капусты с головизной

1 кг голов осетрины, севрюги или белуги, 1 кг квашеной капусты, 150 г репчатого лука, 60 г моркови, 60 г жира, 40–75 г томата-пюре, 25 г пшеничной муки, 2-3 лавровых листа, 4–5 горошин душистого перца, 50 г зелени петрушки или зеленого лука, соль по вкусу, 3–4 л воды.

Голову осетрины или белуги разрубить на пополам, удалить жабры, хорошо промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить.

Промытую и отжатую квашеную капусту положить в глубокую кастрюлю с подогретым жиром и тушить 1,5–2 часа.

От разварившейся головы отделить мякоть и поставить в холодное место. Хрящи и кости положить в отвар и варить до

готовности (мягкости) хрящей. Затем бульон процедить в кастрюлю с капустой, а хрящи отделить от костей, нарезать ломтиками и добавить к ранее отобранной мякоти.

Репчатый лук и морковь очистить, нашинковать и слегка обжарить в жире. Добавить томат-пюре, снова все прожарить, положить в щи и варить их до готовности. За 15–20 мин до конца варки в щи добавить соль и мучную пассеровку. Прокипяченные с заправкой щи окончательно посолить по вкусу.

Вместо мучной заправки в щи можно положить за 15 мин до конца варки немного нарезанного и прокипяченного 3–5 мин в бульоне или воде картофеля, но тогда количество капусты следует уменьшить.

При подаче к столу в тарелки положить мякоть головы рыбы и хрящи, налить щи и посыпать их зеленью петрушки или зеленым луком.

Щи из квашеной капусты с хамсой

300 г соленой хамсы, 500 г квашеной капусты, 1–2 моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2–3 ст. ложки жира, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец горошком, лавровый лист.

Нашинкованные лук и коренья обжарить. Капусту предварительно тушить с жиром и томатом-пюре около 1 часа. Затем в капусту долить горячую воду, положить подготовленные коренья и лук и варить до готовности. За 10–15 мин до готовности в щи опустить разделанную хамсу, заправить поджаренной мукой, разведенной горячим бульоном или водой, добавить перец, лавровый лист.

При подаче в тарелку положить сметану, нарезанную зелень петрушки или укроп.

Это блюдо можно готовить с соленой килькой или тюлькой.

Щи из квашеной капусты со снетками и картофелем

300-600 г снетков, 1 кг квашеной капусты, 125 г репчатого лука, 120 г моркови, 60–90 г томата-пюре,

300 г картофеля, 70 г жира, 3 лавровых листа, 4–6 горошин душистого перца, 120 г сметаны, 90 г зеленого лука или 30 г укропа, соль по вкусу, 3–4 л воды.

В глубокую кастрюлю с подогретым жиром положить промытую и отжатую квашеную капусту и, изредка помешивая, тушить ее 1,5–2 часа (почти до готовности). Добавить в нее поджаренные на жире нашинкованные репчатый лук и морковь, а затем томат-пюре.

В кипящую воду (или лучше рыбный бульон) положить лавровый лист, душистый перец горошком, немного соли и очищенный и нарезанный картофель. Через 3–5 мин добавить тушеную капусту, а еще через 5 мин — перебранные и хорошо промытые снетки. Все варить еще 10–15 мин (до готовности картофеля и снетков). Готовые щи окончательно заправить по вкусу солью.

При подаче к столу положить в щи сметану и мелко нарезанный зеленый лук или укроп.

Щи из квашеной капусты с сельдью

400 г сельди (филе), 400 г квашеной капусты, 1 морковь, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки пшеничной муки, 300 г жира, 50 г сметаны.

Квашеную капусту мелко порубить, потушить с жиром. Лук и морковь, мелко нарезав, спассеровать в жире. Филе сельди, недолго вымочив, запанировать в муке, обжарить небольшими кусочками и соединить с капустой.

Подавать со сметаной.

Кислые щи с кальмарами

200 г кальмаров, 300 г квашеной капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, лук-порей или репчатый лук, 300 г любого жира, 2–3 картофелины, сахар, сметана, зелень, соль, 1 л воды.

Филе кальмара промыть, снять верхнюю пленку и снова промыть в нескольких водах. Сварить в подсоленной воде (5–6 мин), нарезать на куски.

Кислую капусту мелко нарезать, отварить в небольшом количестве воды. Измельченные лук и морковь обжарить в жире, добавить мясо кальмара.

Нарезанный картофель отварить отдельно и соединить с готовой капустой вместе с луком, морковью, кальмаром, залить нужным количеством воды и варить несколько минут. Суп посолить, сметану и зелень положить перед подачей к столу.

Борщи рыбные

Борщ с рыбой и фасолью

1 кг рыбы, 500 г картофеля, 200 г фасоли, 200 г капусты, 50 г репчатого лука, 200 г свеклы, 60 г томата-пасты, 50 г моркови, 50 г корня петрушки, 50 г сливочного масла, 25 г пшеничной муки, уксус, сахар, перец черный горошком, лавровый лист, зелень, соль по вкусу.

Подготовленные куски рыбы запить холодной водой, довести до кипения, периодически снимая пену. В кипящий бульон положить коренья, репчатый лук, лавровый лист. Готовые куски рыбы осторожно вынуть, а бульон процедить. Процеженный бульон довести до кипения и заложить в него нашинкованную капусту и картофель. За 10 мин до окончания варки добавить тушеную свеклу, отварную фасоль, спассерованные коренья, муку, томат-пасту и варить до готовности.

Перед подачей посыпать зеленью.

Борщ с тюлькой

300 г соленой тюльки, 4 свеклы, 4 картофелины, 1–2 моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2–3 ст. ложки жира, 1 ст. ложка сахарного песка, 2 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки или укропа, перец, лавровый лист.

Свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, тушить до готовности в закрытой посуде с добавлением жира, небольшого количества воды и томата-пюре. После окончания тушения к свекле добавить столовый уксус.

Коренья, нарезанные соломкой, и нашинкованный лук слегка обжарить. В кипящую воду опустить картофель, нарезанный брусочками или дольками, и довести до кипения, затем добавить тушеную свеклу, разделанную тюльку, обжаренные коренья и лук. За 10–15 мин до готовности в борщ положить поджаренную муку, разведенную горячим бульоном, сахар, перец и лавровый лист.

При подаче в тарелку с борщом положить сметану и нарезанную зелень петрушки или укроп.

Для приготовления борща вместо тюльки можно использовать соленую салаку, кильку или хамсу.

Борщ с хамсой

300 г соленой хамсы, 4 свеклы, 300 г свежей капусты, 1–2 моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложки пшеничной муки, 2–3 ст. ложки жира, 1 ст. ложка сахарного песка, 2 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка измельченной зелени петрушки или укропа, перец, лавровый лист.

Подготовленную свеклу сварить в коже или испечь, затем очистить и нарезать соломкой. Нашинкованные коренья, лук и томат-пюре поджарить. Свежую капусту нашинковать соломкой, положить в кастрюлю с кипящей водой, варить до полуготовности, после чего добавить поджаренные коренья, лук, томат-пюре, нарезанную свеклу, разделанную хамсу. Варить еще 10–15 мин. Затем в борщ добавить сахар, столовый уксус, перец,

лавровый лист, заправить поджаренной мукой, разведенной горячим бульоном или водой, и кипятить 10–15 мин.

При подаче в тарелку добавить сметану и нарезанную зелень петрушки или укропа.

Этот борщ можно приготовлять также и с соленой килькой и тюлькой.

Борщ с кальмарами

200 г кальмаров, 150 г вареной свеклы, 200 г свежей капусты, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 30 г любого жира, 1 ст. ложки томатной пасты, сахар, несколько горошин перца, лавровый лист, уксус, сметана, зелень, соль, 1 л воды.

Мороженых кальмаров разморозить, отварить, удалить основную пленку и промыть в нескольких водах, чтобы устранить специфический запах. Варить 5–6 мин в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, нарезать поперек волокон соломкой или кубиками.

Капусту нарезать соломкой и варить в небольшом количестве воды. Морковь и лук нарезать, обжарить в жире, там же слегка обжарить куски вареного кальмара с томатной пастой. К готовой капусте добавить тушеные коренья, кальмара, залить нужным количеством воды, сдобрить пряностями, положить натертую на крупной терке свеклу, варить несколько минут, затем посолить, добавить уксус и сахар.

В тарелки положить сметану и рубленую зелень.

Рассольники рыбные

Рыбный рассольник без крупы

150 г рыбы (путассу, минтая), 150 г картофеля, остальные продукты — как для рассольника.

Готовить так же, как рассольник, но на рыбном бульоне, без крупы и сметаны.

Рассольник с мелкой речной рыбой

500-600 г свежемороженой или свежей цельной (не филе) рыбы, 1 крупный соленый огурец, 200 г картофеля, 2 ст. ложки перловой крупы, 1–2 луковицы, 1 морковь, 30 г растительного масла, черный молотый перец, соль.

Для рассольника хороша мелкая речная рыба, но пригодны также треска, хек.

Отварить перловую крупу в несоленой воде. Отдельно отварить в небольшом количестве несоленой воды очищенный от кожуры и нарезанный крупными ломтиками огурец.

Отваренную перловую крупу залить кипятком, добавить пассерованные на масле морковь, нарезанную соломкой, мелко нарезанный репчатый лук, корень петрушки. Когда закипит, опустить подготовленную рыбу, слегка посолить. Через 10–15 мин добавить картофель, нарезанный соломкой, довести суп до готовности. После этого опустить сваренные огурцы вместе с отваром, досолить по вкусу, дать прокипеть на малом огне несколько минут.

Рыбный рассольник с крупой

300-400 г рыбы, 4–5 ст. ложек перловой крупы или риса, 3–4 картофелины, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 30 г сливочного или растительного масла, 100–150 г соленых огурцов, 3–4 ст. ложки сметаны, рубленый зеленый лук, соль, 1 л воды.

Сварить рыбный бульон, процедить. Мякоть рыбы отделить от костей и кожи. Перловую крупу предварительно замочить, рис засыпать в небольшое количество горячего бульона или воды и поставить варить. Лук и морковь нарезать, обжарить в сливочном или растительном масле, соединить с вареной крупой, залить бульоном, положить нарезанный картофель и варить на слабом огне до готовности. В самом конце варки опустить в суп нарезанные маленькими кубиками соленые огурцы и вареную рыбу, довести еще раз до кипения. Сметану и зеленый лук положить в суп уже за столом.

Рассольник со свежей рыбой и перловой крупой

1 кг судака или окуня, 300 г соленых огурцов, 120 г перловой крупы, 900 г картофеля, 150 г репчатого лука, 60 г лука-порея, по 80 г моркови и брюквы, по 60 г петрушки и сельдерея, 60 г жира, 3 горошины душистого перца, 2 лавровых листа, 60–90 г сметаны, 30 г укропа или 60 г зелени петрушки, соль по вкусу, 2,5–3 л воды.

Судака или крупных окуней очистить от чешуи, выпотрошить и вымыть. С позвоночной кости снять оба филе, срезать с них реберные и плавниковые кости, филе промыть и разрезать на куски. Опустить их в кипящую воду и варить 10–15 мин.

Готовую рыбу переложить шумовкой в глубокую тарелку, накрыть ее и поставить в холодное место.

Обработанные головы и кости рыбы залить холодной водой и варить 1–1,5 часа при слабом кипении. Оба бульона (от рыбы и отходов) соединить и процедить. Затем положить туда почти готовую перловую крупу и варить до готовности.

Рассольник можно приготовить и на костном рыбном отваре. Перловую крупу можно заменить манной; ее вводят в суп россыпью через 3–5 мин после закладки картофеля.

Рассольник с рыбой и мучной пассеровкой

1 кг рыбы с костью, 300 г соленых огурцов, 900 г картофеля, 150 г репчатого лука, 60 г лука-порея, по 75 г моркови и брюквы, по 60 г петрушки и сельдерея, 35–60 г муки, 50 г жира, 2 горошины душистого перца, 3 лавровых листа, 60–90 г сметаны, 30 г укропа или 60 г зелени петрушки, соль по вкусу, 3–4 л воды.

Приготовляется так же, как рыбный рассольник с крупой (см. предыдущий рецепт). Разница заключается в том, что вместо перловой крупы в рассольник вводят в конце варки (за 10–15 мин до готовности) мучную пассеровку.

Рассольник с рыбными фрикадельками

500 г мелкой рыбы (для бульона), 2 соленых огурца, по 1 шт. моркови, петрушки и лука-порея, 3–4 шт. картофеля, 1/2 стакана перловой крупы, 2 ст. ложки сливочного масла.

Для фрикаделек: 200 г рыбного филе (судака, карпа или др.), 50 г белого хлеба (мякиша), 1/2 стакана молока, 1 ст. ложка сливочного масла.

Поставить варить рыбный бульон и одновременно подготовить перловую крупу (перебрать и тщательно промыть), положить ее в маленькую кастрюлю, залить 1,25 стакана кипятка, накрыть крышкой и поставить на водяную баню для набухания.

Когда бульон будет готов, процедить его, положить в него перловую крупу и варить на слабом огне. Затем добавить картофель, нарезанный дольками, соленые огурцы, слегка поджаренные с маслом коренья и лук-порей, а также соль. За 5 мин до окончания варки в рассольнике сварить маленькие фрикадельки, приготовленные из рыбного фарша.

Можно положить в рассольник ломтики свежих помидоров и, по вкусу, процеженный огуречный рассол.

При подаче к столу посыпать рассольник мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом.

Рассольник с хамсой

300 г соленой хамсы, 500 г картофеля, 1 морковь, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 2 соленых огурца, 2–3 ст. ложки жира, 2 ст. ложки перловой крупы, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец, лавровый лист.

Хамсу разделать, картофель очистить, промыть и нарезать дольками или брусочками. Коренья, нарезанные соломкой, и шинкованный лук поджарить с жиром. Огурцы очистить, удалить семена и нарезать ромбиками. Огурцы с тонкой кожей и мелкими семенами можно не очищать.

Промытую перловую крупу положить в кипящую воду и варить до готовности, затем добавить картофель, поджаренные коренья и лук. После того, как рассольник закипит, опустить нарезанные огурцы, а за 10–15 мин до готовности добавить разделанную хамсу, перец, лавровый лист.

При подаче к столу в рассольник положить сметану,

нарезанную зелень петрушки или укроп.

Рассольник можно готовить также с соленой килькой или тюлькой.

Рассольник с тюлькой

300 г соленой тюльки, 80–90 г картофеля, 1–2 корешка петрушки, 1 корешок сельдерея, 2 луковицы, 2 соленых огурца, 100 г щавеля или шпината, 2–3 ст. ложки жира, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки или укропа.

В кипящую воду опустить нарезанный дольками или брусочками картофель, поджаренные шинкованные коренья, лук и довести до кипения. Затем добавить нарезанные огурцы и продолжить варку. За 5-10 мин до готовности положить разделанную тюльку и нарезанные щавель или шпинат.

При подаче к столу в рассольник добавить сметану и нарезанную зелень петрушки или укроп.

Такой рассольник можно приготовить также с соленой килькой и хамсой.

Рассольник с кальмарами

200 г кальмаров или 1 банка консервированных кальмаров, 3 ст. ложки перловой, пшеничной или ячневой крупы, 300–400 г овощей (капусты, картофеля, моркови), коренья (лук-порей или репчатый лук, петрушка, сельдерей), 30 г любого жира, 1–2 соленых огурца, 2–3 ст. ложки сметаны, зелень, сахар, соль, 1 л воды.

Кальмары залить горячей водой: снять верхнюю пленку, промыть в двух-трех водах. Варить в подсоленной воде 5 мин. Крупу промыть и варить до полуготовности, добавить нарезанные овощи, петрушку, сельдерей. Лук обжарить в жире, в нем же обжарить куски отварного кальмара. Когда овощи будут почти готовы, соединить с ними лук с кальмаром, нарезанные огурцы и довести все вместе до кипения. Суп посолить, добавить огуречный рассол и немного сахара.

Сметану и зелень положить при подаче к столу.

Солянки рыбные

Солянка рыбная с маслинами

600-700 г рыбы (морской окунь, судак, щука, лещ, налим и пр.), перец горошком, маленький лавровый лист, 1 морковь, петрушка, 2–3 луковицы, 1 ст. ложка томатной пасты, 100 г соленых или маринованных огурцов, 10 г маслин, ломтики лимона, сметана, немного сахара, зелень, 2–3 ст. ложки маринованных грибов, соль, 1 л воды.

Рыбу вычистить, хорошо промыть и разделать на филе без кожи и костей. Зачистки залить холодной водой и варить, добавив коренья (морковь, петрушку), соль и (в конце варки) пряности, на медленном огне 30–40 мин. Затем бульон процедить. Лук нарезать полукольцами, обжарить в масле, добавить томатное пюре, сырое филе, немного бульона и тушить под крышкой до готовности. Огурцы разрезать сначала вдоль на 4 части, затем тонкими ломтиками (крупные огурцы предварительно очистить от кожуры и удалить семена).

В горячий бульон положить обжаренный в масле лук, рыбу, нарезанные огурцы, разрезанные пополам маслины, грибы, добавить щепотку сахара. Солянка должна быть в меру острой и кисловатой. Добавляя соль, следует помнить, что соленый вкус придают ей и огурцы.

Подавать солянку к столу со сметаной или с очищенными от цедры ломтиками лимона. Сверху посыпать зеленью.

Солянка донская

500 г осетрины, 250 г головизны, 100 г моркови, 75 г корня петрушки, 175 г репчатого лука, 150 г соленых огурцов, 50 г каперсов, 125 г маслин, 40 г оливок, 200 г помидоров, 125 г томата-пюре, 60 г сливочного масла, 1/2 лимона, лавровый лист, зелень, перец, соль.

Морковь, петрушку нарезать кружочками или ломтиками, лук

нашинковать и все вместе спассеровать на жире. Пассерованные коренья положить в кипящий рыбный бульон, довести его снова до кипения и добавить остальные продукты (гарнир, осетрину). Помидоры нарезать на кружочки и добавить в солянку за 5-10 мин до окончания ее варки.

Варить и подавать солянку, как обычно.

Солянка рыбная праздничная

1 кг рыбы, 300 г соленых огурцов, 200–300 г репчатого лука, 120 г каперсов, 90 г томата-пюре, 60 г сливочного масла, 4–6 лавровых листов, 8-12 горошин душистого перца, 60 г зеленого лука или 30 г укропа, 1/2 лимона (по желанию), соль по вкусу, 2,5–3 л воды.

С обработанной рыбы (судака, сига, лососины, осетрины, белуги и др.) снять филе и разрезать его на кусочки (по 1–3 куска на порцию). Из костей и голов сварить бульон, процедить его, положить кусочки филе и варить при слабом кипении 10–15 мин. Готовую рыбу осторожно вынуть из отвара и выставить на холод.

Огурцы промыть, очистить, разрезать сначала вдоль на 4–6 частей, а затем, удалив крупные семена, ромбиками, опустить в процеженный бульон и варить 5–8 мин. Репчатый лук, нарезанный ломтиками, слегка поджарить на масле с лавровым листом и душистым перцем горошком, добавить томат-пюре, снова прожарить до загустения, переложить в бульон с огурцами и варить все до готовности. В конце варки добавить каперсы. Готовую солянку окончательно заправить по вкусу прокипяченным и процеженным огуречным рассолом и солью.

При подаче к столу в тарелку положить ранее отваренную рыбу, налить солянку и посыпать мелко нарезанным зеленым луком или укропом. Можно добавить также тонкий ломтик лимона, маслины и оливки (без косточек).

Солянка может быть приготовлена из одного сорта рыбы или из нескольких.

Солянка из красной рыбы

500 г рыбы, 4–5 соленых огурцов, 1–2 головки репчатого лука, 2–3 свежих помидора или 2 ст. ложки

томата-пюре, по 1 ст. ложке каперсов и маслин, 2 ст. ложки масла, перец, соль.

Хорошая солянка получается из осетрины, севрюги, белуги, стерляди.

Снятое филе рыбы нарезать кусочками, по 2–3 куска на порцию, а из костей и голов сварить бульон.

Очищенный лук тонко нашинковать и слегка поджарить в суповой кастрюле с маслом, добавить томат-пюре и тушить 5–6 мин, после чего в кастрюлю положить кусочки рыбы, нарезанные ломтиками огурцы, нарезанные помидоры, каперсы, лавровый лист, немного перца и все это залить подготовленным горячим бульоном, посолить и варить 10–15 мин.

Перед подачей к столу в солянку можно положить вымытые маслины и мелко нарезанную зелень петрушки или укроп. Можно также добавить ломтики лимона, очищенные от кожицы.

Солянка рыбная сборная

600 г стерляди, 600 г свежего судака, белуги или осетрины, 375 г головизны, 250 г репчатого лука, 175 г соленых огурцов, 50 г каперсов, 125 г маслин, 40 г оливок, 125 г томата-пюре, 100 г сливочного масла, 1/2 лимона, лавровый лист, зелень, перец, соль.

Сырую рыбу осетровых пород нарезать по 3–4 куска на порцию, а филе судака — по 1–2 куска. Осетровую рыбу погрузить в кипяток на 1 мин. Головизну (хрящи) сварить до готовности.

Лук нашинковать и спассеровать на сливочном масле, добавить томат-пюре и продолжать пассерование 5–8 мин. Огурцы очистить от кожицы и, разрезав вдоль, удалить семена, а затем нарезать поперек крупными ломтиками.

В кипящий рыбный бульон положить гарнир, рыбу, лавровый лист, перец и варить 10–15 мин. В конце варки добавить нарезанные вареные хрящи.

В тарелку с солянкой положить маслины, лимон, зелень или подать их отдельно.

Если приготовляется большое количество порций, то подготовленные продукты — рыбу, гарнир, специи — нужно разложить в сотейники (на определенное количество порций) и хранить в холодильнике. Бульон сохранять горячим. По мере необходимости продукты в сотейниках заливать горячим рыбным

бульоном и варить солянку 10–15 мин.

Рыбная солянка с добавлением раков

10-12 раков, 1,25 л рыбного бульона, 1 стакан огуречного рассола, 1/2-1 лимон, 500 г рыбного филе, 250 г отварной соленой горбуши или кеты, 250 г свежей осетрины, 2 луковицы, 2 соленых огурца (или 10–12 корнишонов), 2 помидора, 2 ст. ложки каперсов, 12 маслин, 1,5 стакана соленых грибов, 1 морковь (крупная) 1 петрушка (корень и зелень), 10 горошин черного перца, 2 ст. ложки укропа, 1 ст. ложка зеленого лука, 4 лавровых листа, 2 ст. ложки подсолнечного масла.

Рыбный бульон соединить с отдельно прокипяченным огуречным рассолом, положить нарезанные соломкой морковь, петрушку и вскипятить на слабом огне.

Мелко нарезанный лук и помидоры пассеровать на масле. Соленые грибы ошпарить, нарезать кубиками. Огурцы нарезать кубиками, свежую рыбу — кусочками. Все это вместе с нарезанными соленой рыбой, мякотью раков и пряностями положить в кастрюлю с заправленным бульоном.

Кастрюлю поставить в духовку или на слабый наплитный огонь на 15 мин.

Перед подачей к столу выжать в солянку лимонный сок (можно нарезать лимон дольками, без зерен, и раздавить ложкой).

Супы из деликатесной рыбы

Суп картофельный с головизной

1 кг голов осетровых рыб, 800 г картофеля, 200 г кореньев и лука, 2 ст. ложки сливочного масла, соль.

Сварить головизну так же, как для щей. Очищенные коренья и лук нарезать ломтиками и поджарить на масле. Картофель нарезать кубиками, положить в процеженный кипящий бульон, добавить поджаренные коренья, соль, перец, лавровый лист и варить в течение 25–30 мин.

При подаче к столу суп посыпать укропом или зеленью петрушки.

Суп из осетрины по-волжски

1,5 кг осетровой головизны, 1 кг осетрины, 150 г лука, 300 г помидоров, 10 горошин перца, 2 лавровых листа, по 1 ст. ложке зелени петрушки и укропа, 2 ст. ложки риса, 2 желтка, 100 г сметаны, соль по вкусу.

Осетровую голову разрубить на части, сложить в кастрюлю вместе с луком, перцем и лавровым листом, залить водой и варить на слабом огне до тех пор, пока хрящи не станут мягкими. Бульон процедить через дуршлаг, хрящи и куски рыбы от головизны отобрать, залить бульоном и остудить. Бульон поставить на огонь, добавить рис и помидоры, очищенные от кожи и нарезанные на дольки, через 10 мин опустить туда же нарезанную на порционные куски осетрину. Варить на небольшом огне до готовности, опустить отложенные от головизны сваренные хрящи и рыбу, заправить сметаной, растертой с желтками, посыпать рубленой зеленью.

Суп из угря по-немецки

Угорь, 1 ветчинная кость, 1 стебель лука-порея, 2 моркови, 1 корень сельдерея, 1 корень пастернака, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 3 яблока, зелень петрушки, соль.

В кастрюлю влить 6 стаканов воды, положить ветчинную кость, стебель лука-порея и морковь, нарезанную кружочками, корни сельдерея и пастернака, мелко нарезанные, и корень петрушки. Довести овощи до готовности, протереть через сито и прибавить к процеженному бульону вместе с крахмалом, разведенным в небольшом количестве холодной воды. Нагреть бульон до кипения, положить в него нарезанного кусочками угря (отварного или горячего копчения) и яблоки, предварительно очищенные и нарезанные на четвертинки.

Суп подать горячим, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

Разные рыбные супы

Картофельный суп с рыбой по-домашнему

250 г трески или морского окуня, 6 картофелин, 1 морковь, 1 луковица, перец, соль.

Морковь, шинкованную соломкой, сварить в подсоленной воде до полуготовности, затем положить мелко нарезанный картофель и репчатый лук. Суп довести до кипения, положить обработанную рыбу, специи, соль и варить до готовности.

Рыбный суп со шпинатом

300 г рыбного филе, 150 г шпината, 2–3 картофелины, 30 г маргарина или сливочного масла, растительное масло, 1 ст. ложка муки, 200 мл молока или сливок, 2 сваренных вкрутую яйца, зелень, лимонная кислота, соль, 1 л рыбного бульона или воды.

Шпинат промыть, нарезать нержавеющим ножом соломкой и потушить в сливочном масле. Измельченный картофель поставить варить в небольшом количестве воды или рыбного бульона, уложив сверху нарезанное тонкими кусочками рыбное филе. Варить под крышкой на медленном огне около 10 мин, добавить шпинат и разведенную холодным молоком или сливками муку, варить еще несколько минут.

Подавать с нарезанными дольками крутым яйцом. Спрыснуть суп лимонным соком, чтобы он стал кисловатым. Чтобы придать супу более острый вкус, часть шпината (примерно 1/3) можно заменить щавелем.

Рыбный суп с сельдереем

300 г рыбного филе, 2 моркови, 100 г репчатого лука, 100 г сельдерея, 30 г маргарина, сливочного или растительного масла, 2 ст. ложки риса, 6 бутонов гвоздики, рубленая зелень петрушки, лимонный сок или

лимонная кислота, соль, 1 л воды или рыбного бульона.

Нарезанную кубиками морковь и рубленый лук обжарить в жире, добавить маленькие кубики сельдерея (1/2 см), мытый рис, крупные куски рыбы, соль и пряности, залить водой или рыбным бульоном и держать при температуре кипения, пока рыба и овощи не дойдут. Суп слегка спрыснуть лимонным соком или разведенной в воде лимонной кислотой, чтобы он приобрел кисловатый вкус, добавить щепотку сахара и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Рыбный суп с луком-пореем

400 г рыбного филе, 2 крупных лука-порея, 50 г маргарина, 300 г свежих или консервированных помидоров, 1 большая долька чеснока, 1 маленький лавровый лист, 1/2 ч. ложки рубленой или сушеной душицы, тимьян, 4–5 ломтиков белого хлеба, соль, 1 л воды.

Лук-порей нарезать кольцами, обжарить в жире, добавить нарезанные кубиками помидоры, кусочки филе правильной формы, немного горячей воды, соль, приправы и рубленый толченый чеснок. Все тушить под крышкой около 15 мин, затем добавить столько кипятка, чтобы суп получился нормальной консистенции, довести еще раз до кипения, и, если нужно, еще раз посолить.

Гренки из белого хлеба положить в тарелки, залить горячим супом.

Рыбный суп с овощами

400-500 г рыбы, 1 луковица, 1 крупная морковь, 3–4 картофелины, 1 помидор, зелень, сметана, перец горошком, лавровый лист, соль, 1 л воды.

Подготовленную рыбу положить в холодную воду, добавить приправы и варить 30–40 мин. Куски рыбы вынуть шумовкой, бульон процедить, положить в него нарезанную маленькими кубиками или соломкой морковь, немного позже — нарезанный картофель. Лук нарезать полукольцами и обжарить в масле. Когда

морковь и картофель сварятся до мягкости, добавить обжаренный лук и нарезанный помидор. После этого суп посолить и заправить.

В тарелки положить куски вареной рыбы и при желании сметану.

Рыбный суп с овощами и щавелем

250 г филе рыбы, 100 г картофеля, 75 г репчатого лука, 75 г моркови, 50 г корня петрушки, 100 г помидоров, 150 г щавеля, 100 г сливочного масла, зелень, специи, соль по вкусу.

Картофель нарезать ломтиками или соломкой. Морковь, лук и коренья нарезать кубиками и спассеровать на масле. Щавель перебрать, промыть и нарезать на 2–3 части. В кипящий рыбный бульон, сваренный из голов и рыбных зачисток и процеженный, или в кипящую воду (если нет бульона) опустить картофель и кусочки рыбы, проварить 5-10 мин, добавить пассерованные овощи, а за 5–7 мин до окончания варки — щавель и дольки помидоров.

При подаче положить в суп сметану, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Рыбный суп с овощами и фасолью

250 г филе рыбы, 150 г картофеля, 100 г моркови, 50 г корня петрушки, 75 г репчатого лука, 150 г сухой фасоли, 100 г помидоров, 75 г сливочного масла, зелень, специи, соль по вкусу.

Овощи нарезать соломкой и спассеровать на сливочном масле. Замоченную предварительно фасоль сварить до готовности и охладить.

В кипящий рыбный бульон (или воду, если нет бульона) опустить нарезанный кубиками картофель, кусочки рыбы и пассерованные овощи. Через 10–15 мин в суп положить белые коренья, дольки помидоров, сваренную фасоль и доварить суп до готовности.

При подаче положить в тарелки с супом сметану, посыпать

мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

Суп из рыбного филе с помидорами и горячими бутербродами с сыром

300 г мороженого рыбного филе, 2 моркови, лук-порей, 2 помидора или томатная паста, 2 картофелины, 3–4 ст. ложки консервированного горошка, сахар, зеленый лук, 4–5 ломтиков белого хлеба, сливочное масло, тертый сыр, укроп, соль, 1 л воды.

Морковь нарезать соломкой, картофель — брусочками. В горячую подсоленную воду положить сначала морковь, чуть позднее картофель, лук-порей и нарезанное кусками рыбное филе. Варить на медленном огне 10–15 мин, добавить нарезанные помидоры и консервированный горошек, довести до кипения, посолить, заправить.

Ломтики белого хлеба намазать маслом, обмакнуть намазанной стороной в тертый сыр и подсушить в духовке. Затем положить их в сервировочную посуду и запить супом, сверху посыпать рубленым укропом.

Рыбный суп с сыром

250 г филе рыбы, 100 г репчатого лука, 100 г сливочного масла, 75 г пшеничной муки, 5–7 зубчиков чеснока, 150 г твердого сыра, 3 пучка зелени, специи и соль по вкусу.

Рыбу разделать на филе (с кожей, без костей), нарезать небольшими кусочками, посыпать солью, обвалять в муке и слегка обжарить. Из остатков рыбы сварить бульон, процедить.

Репчатый лук нарезать соломкой, спассеровать на масле с частью муки, добавив ее за 3–5 мин до окончания пассерования. В кипящий рыбный бульон положить подготовленный лук, рыбу и проварить при слабом кипении 5-10 мин.

При подаче в тарелку налить суп, посыпать его сначала тертым сыром, а затем мелко нарезанной зеленью и толченым чесноком.

Картофельный суп с рыбными фрикадельками

1 л рыбного бульона, коренья (морковь, лук-порей, репчатый лук, петрушка), маргарин, 2–3 картофелины, перец горошком, лавровый лист, укроп, соль.

Для фрикаделек: 200–300 г рыбного филе, 1/2 яйца, 1 ст. ложка сливок, 1 ч. ложка растопленного масла, тертый мускат, соль.

Рыбу очистить, промыть и разделать на филе, удалив кожу и кости. Из зачисток — головы, позвоночной кости и кожи — сварить бульон.

Коренья обжарить в маргарине. В процеженный бульон положить нарезанный картофель, чуть позже — обжаренные в маргарине коренья и фрикадельки. Варить на слабом огне, пока фрикадельки не всплывут. Сверху посыпать зеленью.

Чтобы суп получился совсем прозрачным, фрикадельки нужно отварить отдельно в подсоленной воде.

При подаче в тарелку налить суп, посыпать его сначала тертым сыром, а затем мелко нарезанной зеленью и толченым чесноком.

Для приготовления фрикаделек рыбное филе пропустить 2 раза через мясорубку с мелкой решеткой, добавить другие компоненты и тщательно перемешать деревянной ложкой до образования однородной массы. Сформовать маленькие фрикадельки.

Рыбный суп с фрикадельками

600-800 г рыбы, 2 большие луковицы, 1 морковь, небольшой пучок петрушки, 2 дольки чеснока, 100 г сметаны, 3 ст. ложки пшеничной муки, 1 ломтик белого хлеба толщиной в палец, 1 ч. ложка масла, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 2 яйца, зелень сельдерея и укропа, лавровый лист, перец, соль.

Очистить и выпотрошить рыбу, отделить мясо от костей, поставить варить кости, голову, потроха, лук, коренья, перец, лавровый лист, влив 4 л воды. Варить надо долго, пока не выварятся все кости.

Процедить бульон, вскипятить, положить в него связанную в

пучок зелень петрушки, соль, перец, укроп и зеленый лук. Рыбу, разрезанную на порционные куски, отварить в бульоне, вскипятить на слабом огне, а затем убавить огонь и не давать кипеть. Через несколько минут рыбу вынуть, а бульон заправить 2 ст. ложками муки, разведенной в небольшом количестве холодного бульона, добавить по вкусу соль, перец, лавровый лист. Половину рыбы (хвостовую часть) отложить, а остальную рыбу, потроха (кроме икры), все съедобные отходы (мясо с головы, позвоночной части, кожу) пропустить через мясорубку вместе с поджаренным луком и размоченной в молоке булкой, размешать с 2 взбитыми яйцами, панировочными сухарями, зеленью петрушки, укропа, перцем. Сформовать фрикадельки величиной с грецкий орех, обвалять в оставшейся муке и отварить в бульоне.

Перед подачей супа к столу положить в каждую тарелку по нескольку фрикаделек, кусочки отварной рыбы, всыпать зелень петрушки. Суп заправить растертым чесноком. К столу подать сметану.

Рыбный суп с молоком (Карелия)

800 г судака, щуки или другой свежей рыбы, 2 крупные луковицы, 5 картофелин, немного воды, 1 л молока, зелень, соль.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову, тщательно промыть и нарезать вместе с позвоночной костью крупными кусками. На дно кастрюли уложить нарезанный картофель, кольца лука, сверху положить куски рыбы, залить кипящей водой и варить на медленном огне под крышкой почти до готовности, затем долить горячего молока и варить до готовности.

При подаче к столу обильно посыпать рубленым укропом.

Суп из скумбрии

2-3 большие скумбрии без голов, 2–3 крупные моркови, 2–3 крупные головки репчатого лука, 3–4 картофелины среднего размера, 150–200 г перловой крупы или риса, 10–15 г соленого укропа, 10–15 г сухой зелени петрушки, растительное масло, 3–4 бутона

гвоздики, 1 лавровый лист (по желанию), 25–30 г соли.

Отдельно в маленькой кастрюле поставить варить перловку до полной готовности (без соли).

В эмалированную кастрюлю емкостью 3–4 л влить воду (немного больше половины кастрюли) и довести до кипения. Скумбрии нарезать небольшими кусками, не снимая кожи и не удаляя внутренности, опустить в кипящую несоленую воду. Варить при “слабом кипении 10–15 мин (не больше), затем всю рыбу вынуть шумовкой в глубокую тарелку и поставить остывать. В бульон опустить нарезанный мелкими ломтиками очищенный картофель и варить на маленьком огне. Морковь, натертую на крупной терке, обжарить на открытой сковороде с растительным маслом (10–15 мин) и положить в кастрюлю с картофелем. Мелко нарезать лук и тоже обжарить на растительном масле до золотистого цвета, положить в кастрюлю с супом, перемешать. Добавить сваренную перловку (рис), снова перемешать и оставить на маленьком огне. Очистить каждый кусочек скумбрии от костей, опустить в кастрюлю, усилить огонь до среднего и дать прокипеть супу 5-10 мин. После этого снять кастрюлю с огня, затем заправить суп: положить столовую ложку (без верха) соли, размешать; положить полную чайную ложку сухой петрушки и примерно столько же соленого укропа (укропа можно и больше, но тогда меньше соли), а также 3–4 бутона гвоздики и 1 лавровый лист. Размешать, накрыть кастрюлю крышкой и дать настояться 20 мин.

Подавать с жареным хлебом.

Суп из ставриды

600 г ставриды (с головами), 600 г картофеля, 100 г моркови, 100 г репчатого лука, 50 г корня петрушки, 30 г сливочного масла, зелень петрушки или укропа, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Головы и пищевые отходы (зачистки) рыбы сложить в кастрюлю, добавить целые лук, морковь и коренья, залить холодной водой, посолить, сварить бульон и процедить. Лук, морковь и коренья вынуть, мелко нарезать и слегка обжарить. В кипящий процеженный бульон опустить нарезанный кубиками картофель и обжаренные овощи и варить 15 мин при тихом кипении. Добавить подготовленные куски рыбы (без кожи и

костей), положить лавровый лист, перец горошком, досолить, если надо, и продолжать варить еще 10–15 мин (до готовности рыбы).

При подаче к столу суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Пряный рыбный суп (Франция)

1 кг свежей рыбы двух-трех видов (треска, окунь, судак и пр.), 2 крупные луковицы, 70 г маргарина, стебли укропа, 1/2 ч. ложки тимьяна, 1/2 лаврового листа, 3 ст. ложки рубленой зелени петрушки, 1/2 ч. ложки майорана, 1/2 ч. ложки тмина, 6–7 средней величины картофелин, винный уксус или лимонная кислота, соль, 1 л воды.

На дне кастрюли растопить маргарин и обжарить в нем рубленый лук, добавить часть воды, приправы и пряности, нарезанный картофель.

Рыбу выпотрошить, нарезать вместе с позвоночной костью на порционные куски и положить на картофель. Затем залить нужным количеством кипятка и варить под крышкой 15–20 мин. Куски рыбы вынуть шумовкой и подавать к супу каждому на отдельной тарелке. Суп слегка сбрызнуть винным уксусом или лимонной кислотой, немного винного уксуса побрызгать и на куски рыбы. Суп должен быть острым на вкус.

Густой рыбный суп

300-400 г рыбы (морской окунь, треска, серебристый хек и пр.), 3–4 горошины перца, 1/2 лаврового листа, 1 морковь, лук-порей или репчатый лук, маргарин, 2–3 картофелины, 1 ст. ложка муки, 1 яичный желток, сметана, зелень, соль, 1 л воды.

Рыбу вычистить, удалить внутренности и жабры, хорошо промыть и положить в холодную подсоленную воду. Довести до кипения и варить на медленном огне 30 мин. Пряности добавить в конце варки. Натертую на крупной терке морковь и нарезанный полукольцами лук обжарить на маргарине до мягкости, потом

добавить муку и продолжать жарить все вместе.

Готовую рыбу вынуть шумовкой, бульон процедить через ситечко с марлей. В горячий бульон положить нарезанный брусочками картофель и варить до мягкости, затем добавить обжаренные овощи. Варить несколько минут, посолить суп еще раз.

В сервировочную посуду положить взболтанный яичный желток, куски рыбы и сметану, залить горячим супом, обильно посыпать зеленью.

Суп из квашеной капусты с сомом по-венгерски

300 г сома, 200 г квашеной капусты, 10 г копченого сала, 7–9 г стручкового перца, 10 г жира, 15 г репчатого лука, 50 г сметаны, молотый красный перец, укроп, соль.

Сома разделать на филе с кожей и костями, нарезать на порционные куски, посолить. Капусту промыть и поставить варить в кастрюле с водой. Копченое сало нарезать кубиками, вытопить и обжарить на нем нарезанный ломтиками зеленый перец, затем ввести его в капусту. Через час туда же положить рыбу и тушить до готовности, после чего рыбу вынуть. Муку спассеровать с мелко нарезанным луком и мелко нарезанным укропом, добавить красный перец, развести пассеровку бульоном, ввести ее в капусту, положить сметану и дать закипеть.

Суп русский с рыбой

1 кг рыбы, 1 кг картофеля, 60–80 г манной крупы, 90-150 г репчатого лука, по 70 г моркови и брюквы, 60 г петрушки, 30 г сельдерея, 50 г сливочного масла, 3 горошины душистого перца, 2–3 лавровых листа, 30 г укропа, 60 г зеленого лука, соль по вкусу, 3–4 л воды.

Для льезона: 3/4 стакана молока, 1 яйцо (желток), 30 г сливочного масла.

С обработанной рыбы (судака, крупного окуня или сига) снять филе и нарезать его кусочками. Из костей и голов сварить бульон, процедить, опустить в него кусочки филе и отварить до готовности (12–15 мин). Затем рыбу вынуть шумовкой и остудить.

Нарезанные мелкими кубиками или соломкой репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, а также душистый перец горошком и лавровый лист слегка обжарить на масле, положить в бульон, прокипятить 5-10 мин и добавить нарезанный дольками или кубиками картофель. Через 5–7 мин в бульон всыпать манную крупу и варить его еще 10–12 мин.

Перед подачей к столу в суп влить льезон (яичные желтки, размешанные со сметаной, сливками или молоком и сливочным маслом) или сметану (15 г на порцию), положить кусочки подогретой рыбы, мелко нарезанные зеленый лук и укроп.

Манную крупу можно заменить отваренной перловой крупой.

Рыбацкий суп с пшеном и картофелем

1 кг свежей рыбы, 1 кг картофеля, 90 г пшена, 150 г репчатого лука, 2 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 20 г укропа, 60 г зеленого лука, соль по вкусу, 3–4 л воды.

Приготовляется так же, как указано в предыдущем рецепте. Разница заключается в том, что в кипящий бульон с луком и специями сначала закладывают пшено, а затем (через 10–15 мин) картофель.

Рыбный суп с картофелем и перловой крупой

300 г рыбы, 8–9 картофелин, 3 ст. ложки перловой крупы, 1 морковь, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень, соль.

Для приготовления рыбного супа лучше всего использовать судака, шуку, налима, треску. Рыбу разделать на куски, хорошо промыть и сварить. В процеженный бульон положить кубики картофеля, а затем нарезанные и поджаренные на масле репчатый лук, морковь и петрушку. Через 10 мин добавить сваренную отдельно перловую крупу, несколько горошин перца, лавровый лист, посолить по вкусу и варить до готовности.

Рыбный суп с вермишелью

300 г рыбного филе. 1 ст. ложка сливочного масла, 1 луковица, маленький корень петрушки, тоненький ломтик сельдерея, 2 моркови, 3 ст. ложки (50 г) вермишели, сметана, рубленый укроп, ломтики лимона, соль, 1 л воды.

Масло растопить, обжарить в нем рубленый лук и натертую на крупной терке морковь, добавить мелко нарезанные сельдерей и петрушку. Запить все горячей водой, варить несколько минут, затем положить вермишель и нарезанную на куски толщиной 2 см рыбу. Варить на медленном огне около 10 мин.

В тарелки положить сметану, рубленую зелень и очищенные от кожуры ломтики лимона.

Этот суп можно приготовить также с лапшой или с рожками. Поскольку они варятся дольше, чем вермишель, их следует предварительно отварить почти до готовности.

Суп из тресковой печени и головы

1 целая треска, перец горошком, кусочек лаврового листа, репчатый лук, 4–5 картофелин, 50 г сливочного масла, лимонный сок, соль, 1 л воды.

У трески отрезать голову, вынуть внутренности, отделить печень, удалить позвоночную кость и жабры. Филе использовать для приготовления второго блюда.

Голову, кости, хвост и плавники положить в холодную воду, довести до кипения, снять пену, добавить соль и приправы. Варить на медленном огне 30–40 мин. Бульон процедить, отварить в нем нарезанный картофель. В готовый суп положить нарезанную кусочками печень и масло, слегка подкислить лимонным соком либо положить в суп ломтики лимона.

Рыбный суп с икрой (Венгрия)

1 кг свежей рыбы с икрой, 50 г пшеничной муки, 100 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, перец черный горошком и красный молотый, 25 мл 3 %-ного уксуса, лавровый лист, соль.

Рыбу очистить, вместе с икрой нарезать небольшими кусками

и посолить. Из муки, тертого репчатого лука и красного молотого перца приготовить на сливочном масле заправку, залить водой, добавить немного уксуса, лавровый лист, черный перец горошком и проварить, затем положить подготовленную рыбу и сварить до готовности при тихом кипении.

Суп из тарамы (Болгария)

Очистить и мелко нарезать 1 головку репчатого лука, 2–3 моркови, 1–2 корня петрушки, 1 ломтик сельдерея. Нарезанные коренья сварить в подсоленной воде, затем протереть через сито и залить процеженным отваром. Доведя бульон до кипения, прибавить 150 г слегка растертой тарамы. Отдельно спассеровать 4 ст. ложки масла и 2 ст. ложки муки (без верха), прибавить 1 ч. ложку толченого черного перца, развести пассеровку и влить в кипящий бульон.

Суп довести до готовности и заправить 2 яйцами и 1/2 стакана кислого молока (простокваши, кефира).

Примечание. Тарама — свежая икра частиковых рыб.

Супы из мелкой рыбы

Суп русский с корюшкой (льезоненный)

1 кг корюшки, 1 кг картофеля, 50–80 г манной крупы, 90-150 г репчатого лука, по 10 г моркови и брюквы, 60 г петрушки, 30 г сельдерея, 50 г жира (животного или растительного), 3 горошины душистого перца, 2–3 лавровых листа, 30 г укропа, 60 г зеленого лука, соль по вкусу, 3–4 л воды.

Для льезона: 3/4 стакана молока, 1 яйцо (желток), 30 г сливочного масла.

Нарезанные брусочками, кубиками или соломкой репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку и сельдерей слегка обжарить в кастрюле с небольшим количеством разогретого жира, залить водой (лучше рыбным бульоном), добавить душистый перец горошком и лавровый лист, довести до кипения, посолить и варить на слабом огне 5-10 мин. Затем положить нарезанный

картофель, прокипятить 5 мин и всыпать манную крупу. Через 3 мин добавить подготовленную корюшку и варить суп при слабом кипении еще 5–8 мин.

Перед подачей к столу в готовый горячий суп влить льезон или положить в него сметану (15 г на порцию) и мелко нарезанные укроп и зеленый лук.

Суп из салаки с картофелем

500 г свежей и свежезамороженной салаки, 8 картофелин, 1–2 луковицы, 1 морковь, 2 ст. ложки сливочного масла, перец, лавровый лист, 1 ст. ложка молока, зелень, соль.

Крупную салаку очистить, промыть, разрезать на куски. Картофель нарезать дольками, морковь — соломкой, лук — полукольцами. Картофель и поджаренные на масле овощи положить в кипящую подсоленную воду, а за 15–20 мин до окончания варки опустить рыбу, специи, молоко. Готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп можно приготовить также с килькой или хамсой.

Суп из салаки с картофелем и брюквой

500 г салаки, 150–200 г брюквы, 4–5 картофелин, репчатый лук, перец горошком, сливочное масло, лавровый лист, лук-резанец или укроп, соль, 1/2 л воды, 1/2 л молока.

Салаку выпотрошить, промыть и нарезать вместе с позвоночной костью на кусочки. Посыпать небольшим количеством соли. Брюкву нарезать тоненькими ломтиками, картошку — крупными кусками. Положить брюкву в воду и поставить варить, добавить соль, чуть позже — картофель и лук. Когда овощи станут мягкими, положить в суп куски рыбы и пряности, влить молоко. Несколько минут варить все вместе. В готовый суп положить масло. Обильно посыпать зеленью.

Картофельный суп с фрикадельками из салаки

300 г картофеля, 1–2 луковицы, перец горошком, лавровый лист, соль.

Для фрикаделек: 600 г свежей салаки, 50 г пшеничного хлеба, 1 яйцо, перец, соль, 50 мл воды или молока.

В кипящую подсоленную воду опустить очищенный лук и картофель, нарезанный дольками или ломтиками, и поставить варить. За 10–15 мин до готовности картофеля в суп положить фрикадельки, перец горошком, лавровый лист и варить при слабом кипении.

Фрикадельки готовят так: салаку разделать, промыть и пропустить через мясорубку. Измельченную рыбу соединить с замоченным в молоке или воде хлебом, добавить соль, перец, перемешать и снова пропустить через мясорубку, после чего добавить взбитые яйца. Подготовленную массу разделать в виде небольших шариков.

Суп из мойвы

10-12 шт. мороженой мойвы, 3–4 картофелины, 1 луковица, 1 ч. ложка сливочного масла, перец черный горошком, лавровый лист и соль по вкусу.

Мойву разморозить, отделить голову, выпотрошить и промыть. Затем рыбу положить в кастрюлю, залить водой, довести до кипения. Добавить нарезанный кольцами репчатый лук, картофель дольками и варить на слабом огне 15–20 мин. Затем положить соль, перец, лавровый лист.

Перед подачей заправить суп сливочным маслом.

Суп из мойвы с квашеной капустой

1 кг рыбы, 600 г квашеной капусты, 50 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 10 г пшеничной муки, 50 г корня петрушки или сельдерея, зелень, специи по вкусу.

Мойву очистить, удалить внутренности, вымыть и посолить. Залить холодной водой и сварить пряный бульон.

Когда мойва полностью разварится, бульон процедить и на

нем приготовить суп. Для этого в кипящую воду положить отжатую от рассола квашеную капусту, лавровый лист, перец горошком и варить в течение 1 часа до размягчения. В бульон ввести сваренную квашеную капусту, спассерованные на сливочном масле коренья, муку и варить до готовности.

Подать с зеленью петрушки и укропа.

Суп из хамсы с картофелем

300 г соленой хамсы, 800 г картофеля, 2 моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 1 ст. ложка томата-пюре, 2–3 ст. ложки жира, 1 ст. ложка зелени петрушки или укропа.

В кастрюлю с кипящей водой положить картофель, нарезанный ломтиками, поджаренные коренья и лук. За 10–15 мин до готовности добавить разделанную хамсу и томат-пюре. При подаче в тарелку положить нарезанную зелень петрушки или укроп.

Вместо хамсы суп можно приготовить с соленой салакой, килькой и тюлькой.

Суп крестьянский с тюлькой

300 г соленой тюльки, 1–2 моркови, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 500 г картофеля, 400 г свежей капусты, 1 ст. ложка томата-пюре, 2–3 ст. ложки жира, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, перец горошком, лавровый лист.

Свежую капусту, нарезанную квадратиками, опустить в кипящую воду. Когда суп снова закипит, добавить картофель, нарезанный ломтиками, поджаренные коренья, лук и разделанную тюльку. За 10–15 мин до окончания варки положить томат-пюре, перец и лавровый лист.

Крестьянский суп можно приготовить и с килькой или хамсой.

Суп овощной с салакой, килькой, хамсой или тюлькой

500 г свежей салаки, кильки, хамсы или тюльки, 1 ст. ложка муки, 1 брюква или 2 моркови, 800 г картофеля, 1–2 луковицы, 1,25 стакана молока, 2 ст. ложки жира, лавровый лист, перец горошком, 1 ст. ложка растертого майорана, 1 ст. ложка нарезанной зелени петрушки или укропа, соль.

Рыбу разделать, крупную салаку, кроме того, разрезать на куски. Очищенную и вымытую брюкву или морковь нарезать соломкой или ломтиками, картофель — дольками. Лук очистить.

Подготовленные овощи опустить в подсоленную кипящую воду и варить. За 10–15 мин до окончания варки суп заправить поджаренной мукой, разведенной молоком, положить рыбу и специи. В готовый суп добавить жир и нарезанную зелень петрушки или укроп.

Супы из соленой, сушеной, копченой рыбы

Картофельный суп с соленой сельдью

1 сельдь (филе), 1 кг картофеля, 1 морковь, 2 головки репчатого лука, 50 г сметаны.

Морковь и лук мелко нарезать, спассеровать. В кипящую воду положить морковь, лук, варить 5 мин, затем положить нарезанный соломкой картофель, добавить нарезанное ломтиками филе сельди. Варить до готовности.

Подавать со сметаной.

Овощной суп с соленой сельдью

1 сельдь, 6–7 картофелин, 1 морковь, 2 луковицы, 1 помидор, 1/2 корня сельдерея, 2 ст. ложки жира, лавровый лист, перец, зелень, соль, 1,5 л воды.

Морковь и сельдерей нарезать крупными кубиками и обжарить до мягкости. Репчатый лук нашинковать и поджарить.

В кипящую воду положить обжаренные морковь, лук, сельдерей и варить на слабом огне 10–15 мин, затем добавить нарезанные соломкой или ломтиками картофель, филе сельди и

варить. За 5 мин до готовности в суп положить нарезанные дольками свежие помидоры, лавровый лист, перец и соль.

При подаче к столу посыпать зеленью.

Суп из соленой рыбы

200 г соленой салаки или трески, 6–8 картофелин, 1 морковь, 1 луковица, маргарин, 1 маленький лавровый лист, 2–3 горошины перца, душица, майоран, мелисса, укроп, петрушка, сливки или сметана, 1 л воды либо 1/2 л воды и 1/2 л молока.

Соленую рыбу вымочить. На дне кастрюли растопить маргарин, обжарить в нем рубленый лук и нарезанную маленькими кубиками морковь, добавить нарезанный картофель и залить горячей водой. Чуть позже положить кусочки соленой рыбы и приправы. Молоко влить, когда картофель станет мягким, и довести еще раз до кипения.

Суп можно сварить и без молока. В таком случае при подаче к столу в него добавить сметану или сливки.

Суп из соленой салаки

200 г соленой салаки, 1 луковица, 4–5 картофелин, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сметаны, сливочное масло, зеленый лук, 1/2 л воды, 1/2 л молока.

Соленую салаку вымочить, очистить, положить с нарезанным луком в горячую воду и варить до мягкости. Салаку вынуть шумовкой, в бульоне отварить нарезанный картофель, муку развести холодным молоком и добавить в суп, когда картофель будет уже готов. Варить несколько минут все вместе.

При подаче к столу в суп можно положить кусочек масла или сметану.

Салаку подавать к супу на блюде или в порционных тарелках, посыпав ее рубленым зеленым луком.

Маймарокка (Карелия)

300 г сушеной мелкой рыбы, 6 картофелин, 1 луковица, лавровый лист, перец, соль.

В кипящую воду положить картофель и лук, нарезанные крупными дольками. Когда вода с картофелем закипит, добавить мелкую сушеную рыбу, лавровый лист, перец, соль и варить до готовности.

Суп из копченой рыбы

400-500 г копченой рыбы (морской окунь, зубатка, треска и пр.), репчатый лук, сливочное масло, 3–4 картофелины, 1/4 л молока или сливок, укроп, зелень петрушки, 1 л воды.

Копченую рыбу очистить от кожи и костей. Голову, кожу и позвоночную кость положить в холодную воду и варить на медленном огне около 30 мин. Бульон процедить. Рубленый лук обжарить в масле, растопленном на дне кастрюли, добавить немного рыбного бульона, нарезанный брусочками или кубиками картофель и варить примерно 10 мин. Затем положить куски копченой рыбы, влить молоко или сливки, довести до кипения, посолить и посыпать рубленой зеленью.

Суп из копченой салаки

12-15 шт. копченой салаки, 800 г картофеля, 1–2 луковицы, 1–2 шт. моркови, 2 ст. ложки жира, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сметаны, зелень петрушки или укроп, соль.

Морковь, нарезанную ломтиками, и лук опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 10–15 мин, затем добавить картофель, нарезанный ломтиками, и очищенную от кожицы размельченную салаку. За 10–15 мин до готовности супа добавить разведенную водой поджаренную муку и жир.

В готовый суп положить нарезанную зелень петрушки или укропа.

Супы из морепродуктов

Суп из раков и рыбы

15 мелких раков, 600 г севрюги, белуги или осетрины, 400 г головизны, 400 г рыбных костей, 200 г моркови, 150 г корня петрушки, 50 г корня сельдерея, 125 г сливочного масла, 25 г томата-пасты, зелень, лавровый лист, перец, соль.

Для кнельной массы: 250 г судака (филе), 250 мл молока, 50 г пшеничного хлеба (мякиш), 1 яйцо (белок).

В состав этого супа входят рыбный бульон, нарезанные в виде гребешков пассерованные коренья (петрушка, сельдерей, морковь), репчатый лук, сваренная звеном севрюга или осетрина (или сваренная куском белуга), вареные хрящи, фаршированные раки, кнели, очищенные раковые шейки, клешни и раковое масло.

Коренья и лук, слегка спассеровав, положить в кипящий бульон и варить 15–20 мин. Через 5-10 мин после начала варки положить фаршированные раки, добавить специи (лавровый лист, перец), раковое масло, а за 2–3 мин до окончания варки супа положить кнели, предварительно отдельно сваренные.

Перед подачей в тарелку положить прогретые в бульоне: кусок рыбы, нарезанные хрящи, раковые шейки и клешни. Налить суп и посыпать зеленью.

Обработка раков: у раков, сваренных в подсоленной воде, отделить шейки, клешни и очистить их. Панцири освободить от внутренностей, промыть, наполнить специально приготовленной кнельной массой и варить в бульоне или подсоленной воде в течение 10–12 мин.

Приготовление кнельной массы: мякоть судака и пшеничный хлеб, размоченный в молоке, пропустить два-три раза через мясорубку с мелкой решеткой, а затем пропустить через протирочную машину или протереть через частое сито. К протертой массе добавить яйца и хорошо выбить лопаткой, понемногу добавляя молоко. После этого массу посолить..

Приготовление кнелей: кнели приготовить из той же кнельной массы, которой наполняют раков. Массу выпустить в форме раковых шеек из бумажной трубочки на противень, смазанный жиром. После этого налить воду или бульон и варить 5–6 мин при 85–90 °С. Готовые кнели хранить в кастрюле с бульоном.

Приготовление ракового масла: в растопленное сливочное масло положить подсушенную кожицу сваренных раков, растолченную в ступке, и, перемешивая, прогреть на слабом огне

10–15 мин (до тех пор, пока масло не окрасится в оранжевый цвет). После этого масло залить горячей водой, вскипятить и дать отстояться в течение 25–30 мин. Затем с поверхности воды снять масло, процедить и охладить.

Суп раковый

15-16 раков, 2 ст. ложки муки (без верха), 1 головка репчатого лука, 3 ст. ложки растительного масла, 4–5 зубчиков чеснока, 2 ст. ложки риса, 2 яйца, 1/2 стакана простокваши, черный молотый перец, зелень петрушки, соль.

Хорошо промыть 15–16 небольших раков и сварить в подсоленной воде. Отделить шейки и клешни и очистить их от скорлупы. Спассеровать муку с растительным маслом, добавив мелко нарезанные репчатый лук и чеснок. Пассеровку развести отваром, в котором варились раки, и довести до кипения. Затем положить рис и мясо раков. Суп доварить, заправить яйцами и простоквашей, посыпать черным молотым перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп с галушками из раков

30 раков, 1 л мясного бульона, 2 яйца, перец, 1 ст. ложка муки, зелень петрушки, соль.

Приготовить мясной бульон. Отдельно сварить раков, потом очистить их от скорлупы, отделить шейки и клешни, а скорлупу высушить в духовке.

Выбрать мясо из шеек и клешней, мелко изрубить, положить в миску, смешать с 2 желтками, перцем и столовой ложкой муки, а затем со взбитыми в пену белками. Мешать, пока смесь не превратится в пасту, из которой можно приготовить галушки.

Высушенную в духовке скорлупу растолочь в ступке и поджарить на сливочном масле, потом развести мясным бульоном и кипятить около получаса, пока бульон не приобретет красной окраски. Процедить и перелить в кастрюлю с остальным бульоном.

Поставить суп на огонь и опустить в него галушки из приготовленной пасты. Галушки должны быть круглые и достаточно большие. Варить их, пока не размякнут.

Перед подачей к столу посыпать суп мелко нарезанной

зеленью петрушки.

Суп из раков и крокеты с соусом бешамель

500 г мяса (говядины), 20 раков, 600 г судака, 100 г пшеничной муки, 200 г сливочного масла, 3 желтка, 1/2 стакана сливок.

Для крокетов: 100 г сливочного масла, 100 г пшеничной муки, 1,5 стакана кипящего молока, 1 желток, 200 г отварной рыбы, по 1 ч. ложке зелени петрушки и укропа, перец и соль по вкусу.

Приготовить бульон из мяса, без репчатого лука и кореньев. Отдельно сварить раков в соленой воде, остудить и выбрать мясо из клешней и шеек. Рыбу пропустить 3 раза через мясорубку с частой решеткой и, размешивая фарш, постепенно влить сливки, посолить. Этой массой нафаршировать половину каркасов, а из остальных вынуть глаза и, тщательно выбрав всю внутренность, приготовить раковое масло: каркасы мелко истолочь в ступке со 100 г масла, прожарить немного, влить 2–3 стакана воды, прокипятить, процедить через полотняный мешочек, остудить в холодильнике, чтобы поднявшееся на поверхность масло было легко снять.

Нафаршированные каркасы отварить отдельно в воде.

Приготовить белый соус из 100 г муки и 100 г масла, разбавить его всем количеством бульона, проварить. Добавить очищенные раки и вареные фаршированные каркасы. За 5 мин до подачи желтки растереть с раковым маслом, влить 1/2 стакана сливок, немного горячего бульона, заправить этой смесью суп и не кипятить.

Приготовление крокетов: растереть муку с маслом, посолить и разбавить кипящим молоком. Проварить до густоты, размешать с сырым желтком, соединить с вареной рыбой, нарезанной мелкими кубиками, с зеленью и перцем. Посолить. Разложить на плоской тарелке, хорошо остудить, сформовать шарики величиной с грецкий орех, обвалять их в муке, затем в яйце и сухарях. Поджарить в кипящем фритюре.

Суп рисовый с крабами

200 г мяса крабов, 140 г риса, 40 г сливочного масла, 100 г репчатого лука, 100 г кореньев, соль.

Сварить рисовый суп с кореньями и луком. После удаления костных пластинок крупные кусочки крабов разрезать на части, положить в сотейник вместе с соком из консервов и залить бульоном так, чтобы крабы были покрыты жидкостью, и довести до кипения. После этого бульон от крабов влить в суп.

При подаче крабы положить в тарелку.

Для супа можно использовать как консервированных, так и сырых крабов.

Пикантный суп с креветками

500 г варено-мороженых креветок, 1 ст. ложка зеленого горошка или консервированной сладкой кукурузы, 2 ст. ложки вареных нарезанных грибов, 1 морковь, 1 луковица, 1 ст. ложка маргарина, 1 яйцо, 2 ст. ложки молока, соль по вкусу.

Креветки промыть в холодной воде и отварить. Очистить их от панциря. Бульон процедить и добавить в него зеленый горошек, грибы, нарезанные репчатый лук и морковь, соль. Варить при слабом кипении. В готовый суп положить очищенные вареные креветки и заправить смесью молока и яйца. Посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Приготовление яично-молочной смеси: яйцо соединить с молоком, добавить маргарин и тщательно перемешать.

Овощной суп с крилем

25 г мяса криля, 50 г свежей белокочанной капусты, 2 картофелины, по 1 маленькой моркови и луковице, 10 г маргарина, 15 г фасоли.

В кипящий бульон положить подготовленную (заранее замоченную) фасоль и сварить до полуготовности. Затем поочередно положить нарезанные кубиками и шашками картофель и капусту. Сварить суп до готовности. Заправить пассерованными кореньями. За 15 мин до готовности добавить в суп мясо криля.

Суп из мидий (Испания)

1 кг мидий, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 ст.

ложка оливкового масла, 2 ломтика хлеба, 1 ст. ложка зелени петрушки, яйца (по 1 шт. на порцию), немного черного перца и соли.

Тщательно промыть мидии, положить в кастрюлю, влить немного воды и варить до тех пор, пока не вскроются все ракушки. Вынуть мидии из ракушек и положить в другую кастрюлю. Залить их процеженным отваром, в котором они варились, добавив 2 стакана воды. Снова довести до кипения.

Обжарить мелко нарезанный репчатый лук и чеснок, добавить оливковое масло. Обжаренный лук положить в кипящий суп, туда же положить 2 тонких ломтика хлеба без корочки. Доведя мидии до мягкости, прибавить мелко нарезанную зелень петрушки, немного соли и черного перца.

Суп подать горячим, выпустив в каждую глубокую тарелку по 1 яйцу.

Сборная чорба из рыбы, мидий и раков (Болгария)

500 г рыбы, 500–750 г мидий, 10–12 раков, 1 стакан простокваши, 1–2 яйца, коренья, специи, соль.

Очистить 500 г рыбы, хорошо промыть и посолить.

Очистить и мелко нарезать 1 головку репчатого лука (или 1 стебель лука-порея), 2–3 моркови. 1/2 небольшого корня сельдерея, 1 корень пастернака, 2–3 корня петрушки и положить их в кипящую подсоленную воду. Довести коренья до кипения и прибавить 3–4 ст. ложки растительного или оливкового масла. Когда лук станет мягким, положить подготовленную рыбу, 1 лавровый лист и 15–20 горошин черного перца.

Варить рыбу при кипении 25–30 мин, затем вынуть, отделить мясо от костей и снова положить в чорбу.

Соскоблить ножом наросты с ракушек и хорошо вымыть щеткой 500–750 г мидий. Положить их в кастрюлю и залить водой. Кастрюлю накрыть крышкой и варить мидии до тех пор, пока не вскроются все ракушки. Кастрюлю снять с огня, остудить, вынуть мидии из ракушек, положить их в чорбу и влить отвар, в котором они варились (отвар процедить, не взбалтывая его).

По желанию к чорбе можно прибавить 10–12 раков. Вымытых раков положить в кипящую подсоленную воду и сварить. Затем очистить их от скорлупы, положить в чорбу и продолжать варить еще 10–15 мин на слабом огне.

Готовую чорбу заправить 1 стаканом простокваши, взбитой с 1–2 яйцами. Подать чорбу, посыпав черным перцем и мелко

нарезанной петрушкой.

Картофельный суп с кальмарами

500 г кальмаров, 500 г картофеля, 25 г корня петрушки, 100 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 50 г томатной пасты, зелень петрушки, черный перец горошком, лавровый лист, соль.

Кальмаров промыть несколько раз в большом количестве холодной воды, разрезать на куски, залить холодной водой, добавить соль, перец, лавровый лист и варить 5-10 мин. На сливочном масле обжарить мелко нарезанный лук с томатной пастой. В готовый процеженный бульон положить нарезанный картофель, корень петрушки и варить до полуготовности. Добавить обжаренный с томатом лук и довести до готовности.

При подаче посыпать суп мелко нарезанной зеленью петрушки.

Рисовый суп с кальмарами и томатным соком

400-500 г филе кальмаров, 150–200 г риса, 3–4 головки репчатого лука, 4 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана томатного сока, 1 головка чеснока, 1 шт. острого стручкового перца, хмели-сунели, зелень петрушки или укропа, специи, соль по вкусу.

Подготовленный рис положить в кипящий бульон, полученный от варки кальмаров, и варить при слабом кипении до полуготовности. Репчатый лук мелко порубить, положить в кастрюлю с растопленным сливочным маслом, довести до кипения и, помешивая, прогреть в течение 3–4 мин, влить томатный сок, промешать и на медленном огне при слабом кипении варить 8-10 мин. Когда жир приобретет оранжево-красный цвет, лук с жиром и томатным соком соединить с рисом и продолжать варить рис до готовности. В конце варки положить нарезанных мелкими кубиками вареных кальмаров, острый стручковый перец, лавровый лист. Готовый суп с кальмарами заправить растертым с солью чесноком.

При подаче посыпать суп сушеной пряной зеленью (хмели-сунели) и мелко нарезанной свежей зеленью петрушки или укропа.

Картофельный суп с фрикадельками из кальмара

5-6 картофелин, 1 морковь, 1 корень петрушки, репчатый лук или лук-порей, перец горошком, пряные травы, соль, 1 л воды.

Для фрикаделек: 200 г филе кальмара или 100 г консервированных кальмаров, 100 г трескового филе или 200 г трески, 3 тоненьких ломтика белого хлеба, 1 ст. ложка молока или воды, 1/2 луковицы, 1/2 яйца, 1/2 ст. ложки муки, соль, перец, мускат.

Кальмаров обдать кипятком, снять пленку, варить 5 мин и нарезать на куски. Белый хлеб замочить. Тресковое филе, вареных или консервированных кальмаров и лук дважды пропустить через мясорубку, в полученную массу отбить яйцо, добавить соль, приправы, муку, белый хлеб и тщательно перемешать. Затем мокрыми руками сформовать фрикадельки.

Нарезанные картофель и морковь опустить в кипящую воду или рыбный бульон, добавить коренья и фрикадельки и варить на медленном огне под крышкой. Суп посолить, заправить.

Картофельный суп с пельменями из кальмара

300 г кальмара, 6–7 картофелин, 2 моркови, 2 луковицы, 2 ч. ложки томата-пасты, 2 ст. ложки топленого масла, 1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, перец, петрушка, соль, 1,5 л воды.

Сварить рыбный бульон. На топленом масле обжарить репчатый лук и морковь с томатом-пастой. В готовый процеженный рыбный бульон положить жареный репчатый лук, морковь, томат-пасту, петрушку, картофель и варить на слабом огне. Отдельно в подсоленной воде сварить пельмени из кальмара.

При подаче к столу в тарелку с супом положить готовые пельмени и посыпать зеленью.

Тесто для пельменей готовят обычным способом. Для приготовления фарша кальмаров очистить от пленки, несколько раз промыть, пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком, заправить перцем и солью.

ГРИБНЫЕ СУПЫ

Грибные супы варят на мясном бульоне, грибном или овощном отваре или воде. В последнем случае грибов берут немного больше или добавляют грибной экстракт.

Особенно хороший отвар для супа получается из грибов-зонтиков, опят осенних и белых грибов, но можно использовать также рыжики, опята летние, колпаки кольчатые, зеленки, шампиньоны, луговые опята и навозники. Отвар из горьких грибов — горькушек, подгруздков, скрипиц, груздей черных — горьковат и неприятен на вкус.

Наиболее вкусные супы получаются из свежих грибов. Соленые грибы в основном добавляют для вкуса к крупяным и овощным супам, сваренным из мяса или костей. Ввиду того что эти грибы при их первичной обработке уже потеряли часть воды, их берут в 2–3 раза меньше, чем свежих грибов. Сушеных грибов или грибного порошка следует брать в 6–8 раз меньше, чем свежих.

При подаче к столу к грибным супам добавляют сметану, мелко нарезанные укроп, зеленый лук, лук-резанец или зелень петрушки, помидоры и крутое яйцо, мелко нарубленные или нарезанные дольками.

Грибной суп варят на один раз.

Почти все кулинарные книги рекомендуют вымачивать сушеные грибы 2–4 часа в холодной воде, а затем варить в той же воде. Но бульон получается более вкусным и прозрачным, если сухие грибы не замачивать, а перебрать, тщательно промыть от песка, залить холодной водой и сразу поставить варить на слабом огне, пока грибы не станут мягкими.

Из свежих грибов для бульонов лучше всего использовать шампиньоны, белые, подосиновики, подберезовики, маслята.

Следует помнить, что отвары некоторых грибов содержат ядовитые вещества, поэтому сморчки, строчки, сыроежки и другие пластинчатые грибы использовать для бульона нельзя.

Для приготовления грибных супов используют также лисички, опенки и, в последнее время, вешенки.

У белых грибов, а также у подосиновиков и подберезовиков ножки надо очистить от земли и тонко срезать с них кожицу, отделив шляпку от ножки, а затем промыть и ошпарить горячей водой.

У шампиньонов ножки надо очистить от земли, а со шляпок снять тонкую пленку. Затем шампиньоны положить в кастрюлю с холодной водой, добавить немного лимонной кислоты, чтобы предохранить грибы от потемнения. Потом шампиньоны надо переложить в другую чистую кастрюлю, залить горячей водой, добавить лимонную кислоту и кипятить 20 мин.

Лисички надо перебрать, ножки очистить от земли, промыть и кипятить 10 мин. Затем снова промыть ножки, а со шляпок снять пленку. Опять промыть, нарезать и обжарить.

Чтобы шампиньоны и подосиновики в супе не чернели, их можно промыть водой с уксусом или лимонной кислотой.

Грибы не следует варить на слишком слабом или слишком сильном огне, они станут чересчур дряблыми или, наоборот, жесткими, вкус их ухудшится. Грибной отвар должен кипеть на тихом огне. Мелко нарубленные свежие грибы бывают готовы через 20–25 мин, крупные целые — через 30–40 мин.

В грибные блюда не кладут острых приправ, чтобы не заглушить приятного грибного вкуса. По этой же причине их не принято сильно солить.

Грибные блюда хорошо заправлять овощами, добавлять репчатый лук, укроп, петрушку, яблоко,

Не следует сушить старые грибы, в них могут содержаться токсины.

Супы из свежих грибов

Супы на грибном бульоне или воде

Бульон из свежих грибов

1 л воды, 150–200 г свежих белых грибов, соль.

Только что собранные свежие грибы очистить и вымыть, опустить в холодную воду и варить на слабом огне 20–30 мин. Отвар процедить и заправить. Грибы нарезать кусочками, снова положить в бульон или приготовить из них отдельное блюдо.

Хороший прозрачный бульон можно сервировать в чистом виде в чашках. В этом случае к бульону подать пирожки с луком, мясом или ветчиной, горячие бутерброды с сыром или гренки из белого хлеба.

Суп из тушеных свежих грибов

250 г свежих грибов, 25–30 г жира или маргарина, 25–30 г муки, 1 л воды, соль, тмин.

Очищенные грибы промыть и нарезать брусочками, тушить в жире. Посыпать мукой, перемешать, затем залить горячей водой, положить соль и варить 10–15 мин.

Суп из свежих грибов

250 г свежих грибов, 1 ст. ложка пшеничной муки, кусочек сливочного масла, зелень петрушки или черный перец, соль.

Перебрать свежие грибы, мелко нарезать и положить в кипящую подсоленную воду. Варить при кипении 30 мин, затем добавить муку, предварительно разведенную в горячей воде. Суп варить при слабом кипении 10 мин. Перед тем, как снять суп с огня, положить в него кусок сливочного масла величиной с яйцо. Затем суп снять с плиты и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или черным перцем.

Суп можно подать с мелко нарезанными гренками.

Пестрый суп из свежих грибов

150 г свежих грибов, 1–2 моркови, 2–3 клубня картофеля, 1 лавровый лист, 1 ч. ложка сливочного масла, 2 яйца, 1/2 стакана кислого молока (простокваши), черный молотый перец или зелень петрушки, соль.

Перебрать и промыть свежие грибы и нарезать ломтиками. Нарезать тонкими кружочками морковь (более крупные экземпляры — полукружьями). Грибы и морковь варить вместе в подсоленной воде приблизительно 20 мин. Прибавить картофель, нарезанный кубиками, и лавровый лист. Суп довести до готовности. Затем снять с огня и добавить сливочное масло. Суп заправить яйцами и кислым молоком, черным молотым перцем или мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из лисичек

500 г лисичек, 100 г топленого масла или шпика, 1 ч. ложка пшеничной муки, сметана, перец и соль по вкусу.

Лисички вымыть. Потушить в масле или на шпике мелко нарезанный лук в течение 10 мин, чтобы он стал полумягким. Затем соединить грибы с луком и тушить еще 45 мин. После этого грибы залить 2 л кипятка, посолить и варить 30 мин. Перед окончанием варки чайную ложку муки развести сметаной и заправить грибы.

При желании в тарелку с готовым супом можно добавить перец по вкусу.

Суп из разных грибов

Свежие подготовленные грибы залить горячей водой и варить 5-10 мин. Добавить нарезанный картофель, соль и перец и варить до готовности картофеля. Репчатый лук тонко нашинковать, обжарить на растительном масле и заправить им суп. Перед подачей к столу положить сметану и посыпать зеленью.

Для приготовления такого супа вместо картофеля можно использовать белокочанную капусту.

Суп из свежих грибов с овощами

300 г свежих грибов, 150 г моркови, 400 г картофеля, 40 г сливочного маргарина, 3 яйца, 30 г зелени петрушки, 1,2 л воды, соль.

Грибы нарезать ломтиками, морковь — тонкими кружочками. Отварить все в подсоленной воде (15 мин). Положить нарезанный кубиками картофель, лавровый лист, довести до готовности, заправить сливочным маргарином и яйцами.

Подать, посыпав зеленью петрушки.

Суп из шампиньонов (Бельгия)

200 г шампиньонов, / морковь, 1 корень лука-порея, букет из петрушки, тимьяна и лаврового листа, соль.

Шампиньоны замочить на 3 часа, потом промыть. Грибы положить в кастрюлю, добавить нарезанные морковь, лук-порей,

зелень петрушки, тимьян, лавровый лист, соль, немного воды и поставить на несколько минут на слабый огонь. Затем грибы вынуть, а суп протереть через сито и снова довести до кипения.

Перед подачей положить в тарелки с супом мелко нарезанные грибы.

Суп из белых грибов с картофелем

500 г свежих грибов, 700 г картофеля, 200 г моркови, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, соль.

Нарезать и обжарить в масле свежие грибы, залить горячей водой и кипятить на слабом огне 30 мин. Затем добавить картофель, петрушку, морковь, лук, соль, перец, лавровый лист и варить еще 20–30 мин.

При подаче к столу добавить сметану и укроп.

Суп картофельный со свежими грибами

500 г свежих грибов, 800 г картофеля, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, черный перец горошком, лавровый лист, сметана, зеленый лук или петрушка, укроп, соль.

Свежие грибы (белые или маслята) очистить и промыть. Корешки отрезать, изрубить и поджарить на масле. Отдельно поджарить коренья и лук. Шляпки грибов нарезать ломтиками, ошпарить, откинуть на сито и, когда вода стечет, переложить в кастрюлю, залить водой и варить в течение 40 мин.

После этого в кастрюлю положить нарезанный кубиками картофель, поджаренные корешки грибов, коренья, лук, соль, перец, лавровый лист и варить еще 20–25 мин.

При подаче к столу добавить сметану, мелко нарезанный зеленый лук и укроп.

Суп со свежими грибами можно приготовить и на мясном бульоне.

В суп можно добавить манную крупу (по 10 г на тарелку).

Кислый грибной суп

250 г свежих грибов, 1 ст. ложка жира или маргарина, 1 маленькая луковица, 1 ст. ложка муки, 1 л воды, 1–2 помидора или 1 соленый огурец, 1/2 яблока, 1–2 ст. ложки сметаны, укроп или зеленый лук, соль.

Грибы нарезать брусочками и обжарить в жире, затем добавить лук и муку, слегка подрумянить. Залить горячей водой, заправить и варить 10–15 мин. За несколько минут до окончания варки добавить нарезанные тонкими ломтиками помидоры или огурец и яблоко.

При подаче к столу в суп положить сметану, посыпать зеленью.

Чорба из грибов со шпинатом

200 г свежих грибов, 1 головка репчатого лука, 2–3 ч. ложки масла, 1 ч. ложка пшеничной муки, молотый сладкий перец, шпинат, яйцо, зелень укропа или петрушки, черный перец.

Грибы перебрать, промыть и сварить в подсоленной воде. Спассеровать мелко нарезанную головку репчатого лука вместе с маслом и мукой. Пассеровку посыпать молотым сладким красным перцем, развести ее водой и влить в кастрюлю с грибами. Прибавить мелко нарезанный шпинат (1 тарелка). Суп довести до готовности.

Перед подачей посыпать мелко рубленным крутым яйцом, смешанным с зеленью укропа или петрушки и черным перцем.

Таким же способом можно приготовить суп из грибов с диким или салатным щавелем вместо шпината.

Суп овощной с грибами и рисом (Италия)

3-4 свежих белых гриба, 100 г баклажанов, 30 г зеленой фасоли, 120 г картофеля, 100 г белокочанной капусты, 2 помидора, небольшой кусочек тыквы или кабачков, 2 ст. ложки растительного масла, 20 г фасоли,

1 ст. ложка риса, 1 зубчик чеснока, 1–2 зерна грецкого ореха, 10 г брынзы, 1 ч. ложка сливочного масла, соль.

Овощи (баклажаны, картофель, капусту, тыкву или кабачки, помидоры) очистить и нарезать ломтиками, а помидоры — кружками. Положить в кастрюлю, добавить зеленую фасоль и белые свежие грибы, нарезанные дольками, растительное масло (1 ст. ложка), залить холодной водой, посолить и поставить на средний огонь. Отдельно сваренную фасоль и промытый рис добавить в овощной суп,

Готовый суп заправить чесноком, растертым с грецким орехом, брынзой и сыром до однородной массы, которую затем развести растительным маслом, добавив сливочное. Суп проварить 5 мин и подать к столу.

Щи свежие с грибами

500 г белокочанной капусты, 300 г свежих грибов, 1 луковица, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 лавровый лист, черный перец горошком и соль по вкусу.

Капусту мелко нашинковать и опустить в кипящую подсоленную воду. Когда закипит, положить свежие мелко нарезанные грибы, перец и варить около 50 мин. Затем заправить поджаренной мукой, добавить спассерованный лук и лавровый лист, довести до кипения, сдвинуть с огня.

Щи свежие с грибами и картофелем

500 г белокочанной капусты, 100 г грибов, 1 морковь, 3 картофелины, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 ст. ложки сливочного или растительного масла, сок лимона, петрушка и укроп, соль.

Капусту нашинковать, потушить с маслом. Отварить грибы, морковь, картофель, корень петрушки и укроп в 3 л воды.

Когда грибы сварятся, добавить тушеную капусту и варить на слабом огне. В готовые щи влить лимонный сок, заправить поджаренной мукой с маслом.

Щи ленивые с грибами

1/4 кочана белокочанной капусты, 10 свежих белых грибов, по 4 ст. ложки сливочного масла и сметаны, по 1/2 моркови и петрушки, 1 ст. ложка томата-пюре или 4 свежих помидора, 6–7 картофелин, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 л воды; перец, зелень, соль по вкусу.

Белые грибы перебрать, хорошо промыть, намочить в воде, а затем сварить до готовности. Отвар из грибов перелить в чистую посуду, довести до кипения, а грибы нарезать в виде лапши.

В кипящий грибной отвар положить нарезанные соломкой морковь, петрушку и репчатый лук, дать вскипеть, добавить нарезанную в виде лапши свежую капусту и нарезанный дольками картофель, дать покипеть 10–15 мин. Опустить нарезанные в виде лапши отваренные белые грибы, поджаренную и разведенную водой муку, нарезанные ломтиками свежие помидоры, заправить солью, перцем, добавить лавровый лист, зелень укропа и петрушки, дать прокипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

При подаче к столу в тарелку со щами добавить 1 ложку сметаны и посыпать зеленью укропа и петрушки.

Суп из капусты с грибами

Сварить грибы до готовности, добавить капусту и поварить еще. Заправки те же, что и в предыдущем рецепте.

Этот суп можно варить в комбинации с крупой. Крупу варят одновременно с грибами, затем добавляют капусту и варят до готовности, заправляя так же, как указано выше. Суп можно готовить с добавлением молока.

Суп картофельный с грибами и кабачками

400 г свежих грибов (10 шт.), 6 картофелин, 1 кабачок, 1 морковь, 1 петрушка, 1 ломтик сельдерея, 1/4 стебля лука-порея, 1 помидор, 1 стручок сладкого перца, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сметаны, зелень, соль.

Свежие грибы (лучше белые) перебрать, очистить, хорошо промыть, сварить в подсоленной воде, вынуть и нарезать в виде лапши. Морковь, петрушку, лук-порей и сельдерей очистить, нарезать соломкой и поджарить. Картофель и кабачки очистить, нарезать полукружьями. В кипящий грибной бульон опустить сначала картофель, а после закипания — грибы, кабачки, коренья и варить до готовности. В конце варки положить нарезанные дольками красные помидоры, сладкий перец и довести до кипения.

При подаче к столу добавить в суп сметану, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Суп с грибами и тыквой

200 г свежих или 75-100 г отваренных грибов, 1 ст. ложка жира или маргарина, 1 луковица, кусочек петрушки или сельдерея, 1 л воды, 200 г тыквы, 1–2 картофелины, 1 небольшой огурец или 1 кислое яблоко, 1 помидор или 2 ч. ложки томата-пюре, 1–2 ст. ложки сметаны, зеленый лук или лук-резанец, соль.

Нарезанные маленькими кубиками грибы, лук и петрушку потушить в жире. Тыкву и картофель нарезать продолговатыми брусочками, опустить в горячий бульон или воду и варить почти до полной готовности. Затем прибавить тушеные грибы и нарезанные тонкими ломтиками помидор и огурец или яблоко. Все продукты варить еще несколько минут, пока они не станут мягкими. Если вместо помидора берут томат-пюре, его тушат вместе с грибами и луком.

При подаче к столу в суп положить сметану и рубленый зеленый лук или лук-резанец.

Тыква быстро разваривается, поэтому суп нельзя долго держать в теплом месте или подогревать. Следует учесть, что тыква варится 10–15 мин, тогда как картофель — 20–25 мин.

Лапша со свежими грибами

Репчатый лук, морковь и сельдерей нашинковать соломкой, спассеровать на растительном масле, добавить нашинкованные грибы и жарить все вместе 3–5 мин. Подготовленные таким образом грибы и овощи переложить в кастрюлю, залить горячей водой, добавить лапшу, соль и варить 10–12 мин.

Грибной борщ

Свежие грибы предварительно потушить в масле вместе с мелко нарезанными кореньями, залить кипящей подсоленной водой и сварить.

Очищенную, отдельно отваренную свеклу нарезать соломкой и пассеровать.

Картофель нарезать продолговатыми кусочками, положить в бульон с грибами и отварить до мягкости, добавить пассерованную свеклу, мелко нарезанный репчатый лук, муку, смешанную с небольшим количеством холодной воды. Все вместе варить около 10 мин.

Томат-пюре припустить отдельно и добавить в последнюю очередь.

Сметану и измельченную зелень положить в суп перед подачей к столу.

Зимой такой борщ можно варить с сушеными грибами.

Борщ молдавский с белыми грибами

6 грибов, 1,5 л воды, 1 свекла, 1/2 моркови, 1/2 петрушки, 1 головка репчатого лука, 1/4 стебля лука-порея, 1,5 стакана хлебного кваса, 5–8 клубней картофеля, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сметаны, 2 желтка, перец, лавровый лист, зелень, чеснок, соль по вкусу.

Свеклу испечь в духовке или отварить в воде с уксусом, очистить кожуру и нарезать соломкой.

В кипящую воду опустить нарезанные соломкой морковь, петрушку, лук репчатый и порей, дать покипеть 10 мин, затем добавить картофель, нарезанный дольками, грибы белые отваренные, нарезанные в виде лапши, дать покипеть еще 10 мин. Опустить нарезанную испеченную свеклу, заправить солью, хлебным квасом, перцем, лавровым листом, дать прокипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты. Влить свекольный настой, перемешать. Желток взбить вместе со сметаной и также добавить в борщ.

Подавая к столу, борщ посыпать зеленью укропа, петрушки и толченым или рубленым чесноком.

Летний борщ с грибами

500 г свежих грибов, 2 моркови, 2 свеклы с ботвой, 3–5 помидоров, 2–3 луковицы, 2 корня сельдерея, перец и соль по вкусу.

Нашинковать свежие грибы, проварить 15 мин, добавить нарезанные свеклу, морковь и ботву свеклы и прокипятить еще 15 мин. Затем положить очищенные помидоры, картофель, зеленый лук, сельдерей или петрушку, соль, перец и варить до готовности.

Перед подачей к столу добавить сметану.

Грибная солянка со свежими грибами

10-12 средних свежих грибов, 2 соленых огурца, 5 головок репчатого лука, 2 ст. ложки томата-пюре, 4 ст. ложки топленого масла, 12–16 маслин, 2–3 ст. ложки каперсов, 1/8 лимона, 4 ст. ложки сметаны; перец, лавровый лист, зелень и соль по вкусу.

Грибы промыть, очистить, залить водой и варить до готовности. В это время лук репчатый очистить, промыть, нашинковать и спассеровать на топленом масле с томатом-пастой.

Соленые огурцы очистить от кожицы, разрезать вдоль, удалить семена, нарезать поперек тонкими пластинками и слегка стушить в воде. Маслины промыть, освободить от косточек. Грибной бульон процедить в другую посуду, а грибы нарезать тонкими пластинками. В бульон опустить нарезанные грибы, огурцы, пассерованный лук, каперсы, лавровый лист и дать покипеть 8-10 мин. Затем кастрюлю сдвинуть на край плиты, заправить солянку по вкусу солью, сметаной, добавить маслины, зелень укропа и петрушки.

При подаче налить в тарелку солянку так, чтобы равномерно были распределены все продукты, добавить 1 ложку сметаны, полкружочка лимона и посыпать зеленью укропа и петрушки.

Солянка грибная с клецками

10-12 средних белых грибов, 2 соленых огурца, 5 головок лука, 2 ст. ложки томата-пасты, 4 ст. ложки топленого масла, 4 ст. ложки сметаны, 10–12 маслин, 2 ст. ложки каперсов, 1/8 лимона, перец, лавровый лист, зелень и соль по вкусу.

Для клецек: 1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, 2 ст. ложки молока.

Готовить так же, как и грибную солянку (см. предыдущий рецепт), только в конце варки опустить мучные клецки.

Приготовление клецек: муку просеять на стол, сделать горку с воронкой, вбить яйцо, влить молоко или воду и замешать не особенно крутое тесто так, чтобы не приставало к рукам. Затем придать ему форму шара и дать выстояться 12–15 мин. Раскатать тонким жгутом, сверху слегка приплюснуть и нарезать наискось ромбиками.

Готовые клецки опустить в солянку, дать вскипеть и, как только всплывут, кастрюлю сдвинуть на край плиты. Подавать солянку со сметаной и посыпать зеленью петрушки и укропа.

Грибные супы с мясом, на мясном или курином бульоне

Мясной бульон с грибами

500 г мяса, 1 луковица, 1 морковь, 1 сельдерей, 700 г свежих грибов, 50 г сметаны, соль по вкусу.

Сварить мясной бульон с овощами, добавить вычищенные и вымытые грибы. Сваренные грибы, овощи и половину мяса нарезать длинными полосками, положить в бульон, вскипятить его и подавать со сметаной.

Мясной суп с грибами и морковью

100-150 г свежих грибов, 150–200 г говядины или телятины с косточкой, 1 л воды, 2 моркови, 1 корень петрушки или кусочек сельдерея, 1 ст. ложка жира или маргарина, 1 луковица или лук-порей, 1 ст. ложка муки, перец, 1 ст. ложка сметаны, укроп или зелень петрушки, соль.

Из мяса и воды сварить бульон. Грибы, морковь, лук, петрушку или сельдерей нарезать тонкими брусочками и тушить в жире. Когда они будут почти готовы, посыпать их мукой, добавить кусочки мяса, нарезанные поперек волокон, и все продукты тушить еще некоторое время.

Затем положить их в бульон, варить 10 мин и заправить солью и перцем.

При подаче к столу добавить сметану и посыпать мелко рубленной зеленью.

Суп с грибами и луком

300 г свежих грибов, 300 г репчатого лука, 2 ст. ложки маргарина или сливочного масла, 1 л бульона, перец, 1 ч. ложка муки, соль.

Очищенные и вымытые лук и грибы нарезать соломкой, тушить в жире, Когла лук станет прозрачным и чуть подрумянится, добавить готовый мясной бульон, сварить до готовности и заправить.

Если надо, чтобы суп был более густым, перед тем как добавить бульон, грибы посыпать мукой, а затем уже вместе с бульоном варить 10 мин.

К супу подать бутерброды с сыром. Ломтики белого хлеба намазать маслом или маргарином и посыпать тертым сыром, затем на несколько минут поставить их в духовку с верхним обогревом и держать там. пока сыр не начнет таять и слегка не подрумянится.

Суп картофельный со свежими грибами и помидорами

55 г свежих белых грибов, 175 г картофеля, 20 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 30 г помидоров, 5 г столового маргарина, 10 г сметаны, зелень.

Ножки свежих белых грибов мелко нарубить спассеровать на жире, шляпки нашинковать и варить в бульоне или воде 30–40 мин. Коренья нарезать ломтиками, лук нашинковать и все вместе спассеровать с жиром. Картофель нарезать в форме

кубиков или шашек.

В кипящий мясной, костный бульон или воду положить пассерованные ножки грибов, морковь, петрушку, лук, картофель и варить 15–20 мин. За 5-10 мин ло окончания варки добавить нарезанные помидоры и подсолить.

Подавать со сметаной и зеленью.

Суп картофельный со свежими грибами и мозгами

47 г мозгов, 55 г свежих белых грибов, 175 г картофеля, 20 г моркови, 5 г петрушки, 20 г репчатого лука, 30 г помидоров, 5 г столового маргарина, 10 г сметаны, зелень.

Сварить суп картофельный со свежими грибами на мясном бульоне так же, как описано выше. Отдельно сварить мозги. Бульон использовать для супа. Подавать с кусками мозга, сметаной и зеленью.

Суп с грибами и лапшой

200 г свежих грибов, 1 маленькая луковица, 1 корень петрушки, 1 маленькая морковь, 1 л куриного бульона или воды, 1 ст. ложка сливочного масла, 60–70 г лапши, измельченная зелень петрушки, соль.

Мелкие грибы разрезать пополам или на четыре части, более крупные нарезать кусочками. Нарезанные кружочками лук, петрушку и морковь отварить в воде или бульоне. Когда они будут почти готовы, положить грибы, варить на слабом огне 10–15 мин, затем добавить отдельно сваренную лапшу и заправить.

Суп с грибами и домашней лапшой

1 л бульона (мясного или куриного) или грибного отвара, 1 маленькая луковица, 1 корень петрушки или кусочек сельдерея, 150 г свежих белых грибов, шампиньонов или грибов-зонтиков, лапша.

Для лапши: 1 стакан пшеничной муки, 1 ч. ложка растопленного сливочного масла, 2–3 ст. ложки воды.

Муку замешать с другими продуктами до образования вязкого теста, затем тонким слоем раскатать на доске и нарезать полосками. Тесто легче нарезать, если ему дать слегка подсохнуть в раскатанном виде. Нарезанную лапшу опустить в кипящую подсоленную воду и варить до тех пор, пока она не всплывет на поверхность.

Указанного в рецепте теста достаточно для 2–2,5 л супа. Если не требуется варить всю лапшу сразу, то оставшуюся часть надо высушить. В таком виде она хорошо сохраняется.

В кипящий бульон опустить нарезанные полосками коренья и грибы, разрезанные пополам или на четыре части, варить до готовности. К готовому супу добавить отдельно отваренную лапшу.

Суп грибной с молоком (Италия)

100 г свежих грибов, 2 стакана мясного бульона, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 яйца, 2 стакана молока, 1/2 ч. ложки суповой приправы, перец и соль по вкусу.

Грибы измельчить. Сливочное масло разогреть в кастрюле с толстыми стенками, обжарить грибы в течение 3 мин и на время отставить.

Яйца взбить с молоком, залить полученной смесью грибы, поставить кастрюлю на огонь, но не доводить до кипения. Как только суп начнет густеть, добавить бульон, соль, перец и тщательно перемешать. Подать сразу после приготовления.

Суп из цыпленка с грибами (Болгария)

150 г свежих грибов, 1 тушка цыпленка (800–900 г), 25 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки, мускатный орех, натертая лимонная цедра, лимонный сок, молотый черный перец, соль.

Подготовленную тушку положить в кастрюлю, залить слабо подсоленной водой (7–8 стаканов) и варить, сняв пену, на слабом огне около 40 мин. В кипящий бульон (курицу вынуть) положить

очищенные и промытые грибы и варить 25 мин. Затем добавить белую пассеровку из муки и масла. Суп посолить по вкусу, заправить лимонной цедрой, мускатным орехом и через 5 мин снять с огня.

Перед подачей суп подкислить, посыпать черным перцем, можно положить нарезанное соломкой филе цыпленка.

Суп из курицы с грибами (США)

150 г свежих грибов, 4 стакана куриного бульона, стакан отваренного и нарезанного куриного мяса, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка с верхом пшеничной муки, 1 мелко нарезанная луковица, 1/2 ч. ложки аджиномото (специальной пищевой добавки к супам, но можно обойтись и без нее), перец и соль.

Сливочное масло положить в кастрюлю, растопить и прожарить в нем в течение 2 мин мелко нарезанный лук, добавить муку и тщательно перемешать. Продолжая помешивать, влить бульон и снова хорошо перемешать. Добавить куриное мясо и лук, проварить на слабом огне 10–15 мин, ввести приправы, соль, перец и дать супу прокипеть 2 мин.

Подать горячим.

Суп из кабачков со свежими грибами

85 г свежих белых грибов, 100 г кабачков, 50 г картофеля, 20 г моркови, 5 г петрушки, 5 г сельдерея, 15 г зеленого лука, 40 г помидоров, 10 г сливочного масла или маргарина, 10 г сметаны, 10 г зелени.

Картофель или кабачки нарезать ломтиками толщиной около 0,5 см. Коренья, нарезанные ломтиками, спассеровать на жире и за 2–3 мин до окончания пассерования добавить зеленый лук, нарезанный кусочками по 2–2,5 см. Подготовленные грибы нашинковать, положить в кипящий бульон или воду и варить 20–30 мин, добавить спассерованные коренья, картофель и варить 15–20 мин. За 5-10 мин до окончания варки положить кабачки, помидоры, соль.

Подавать со сметаной и зеленью.

Суп можно приготовить с молоком (200 г).

Грибная солянка

400 г свежих или 75-100 г консервированных грибов, 2 луковицы, 1 соленый огурец, 1/2 корня петрушки или кусочек сельдерея, 1–2 свежих помидора или 1 ст. ложка томата-пюре, 1 ст. ложка сливочного масла (30 г), 1–2 ст. ложки маслин или каперсов, 1 л бульона (мясного или грибного), 1 ст. ложка сметаны, зеленый лук или зелень петрушки, 2–3 ломтика лимона, соль.

Грибы, лук, петрушку или сельдерей нарезать соломкой и тушить в масле, добавить бульон и варить 10–15 мин. У соленых огурцов тонким слоем срезать кожицу и удалить семена. Огурцы и помидоры нарезать тонкими кусочками, вместе с каперсами или маслинами опустить в горячий суп, все вместе кипятить еще несколько минут.

При подаче к столу положить сметану, посыпать измельченной зеленью и добавить лимонные дольки.

Грибные супы с рыбой

Суп картофельный со свежими грибами и салакой

160 г белых грибов, 4 картофелины, 1 морковь, 1 шт. петрушки, 1 луковица, 1 помидор, 1 ст. ложка жира, 150 г салаки, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Промытые и нашинкованные грибы положить в подсоленную воду и сварить до полуготовности. Добавить нарезанный кубиками картофель, поджаренные морковь, лук, филе свежей салаки, помидоры, петрушку и варить до готовности.

Подать со сметаной.

Суп рыбный с грибами (Болгария)

100 г свежих грибов, 600 г филе рыбы, 1 морковь, 1

корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1/2 луковицы, 1 яйцо, 1 ч. ложка муки, молотый горький перец, лимонный сок, петрушка, 3–4 ст. ложки растительного масла, соль.

Мелко нарезанные коренья и лук посолить и потушить несколько минут в сковороде с растительным маслом. Прибавить кусочки рыбного филе, перевернуть их через 5–6 мин и продолжать тушение еще 5–6 мин, после чего филе вынуть.

Тушеные овощи залить 5 стаканами подсоленной воды и сварить до готовности, протереть через сито вместе с отваром. Положить туда же подготовленные измельченные грибы и варить при слабом кипении 20 мин. Муку развести в холодной воде и влить в суп. Через 5–6 мин добавить филе рыбы. Суп посолить по вкусу и снять с огня, заправить взбитым яйцом и лимонным соком, посыпать черным молотым перцем и мелко нарезанной петрушкой.

Перед подачей в суп добавить сливочное масло. Прежде чем заправить суп, в него можно влить 1/2 стакана ароматического вина.

Солянка с грибами и рыбой

200 г свежих белых грибов, шампиньонов или колпаков кольчатых, 400 г рыбного филе, 1 л воды, 1 луковица, 4 горошины перца, 2 горошины специй, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 соленый огурец, 1 кислое яблоко, укроп, 2–3 ломтика лимона, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Рыбное филе нарезать кусками, вместе с приправами опустить в холодную воду, сварить. В растопленном масле потушить кружочки лука, нарезанные соломкой грибы, соленый огурец и яблоко. Примерно через 10 мин добавить муку, как следует перемешать, подлить рыбный отвар вместе с кусками рыбы и варить на слабом огне 10 мин.

Перед подачей к столу по вкусу добавить соль, ломтики лимона и сметану, посыпать измельченным укропом.

В солянку можно добавить также нарезанные помидоры или томат-пюре. Последний потушить в жире вместе с грибами.

Супы из сушеных, соленых, маринованных грибов

Грибные супы на воде

Бульон из сушеных грибов

50 г сушеных грибов, 2–3 л воды, соль по вкусу.

Сушеные грибы тщательно перебрать и промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой. Через 3–4 часа набухшие грибы сварить в той же посуде и воде (варить до тех пор, пока они не станут мягкими). Готовый бульон процедить. Грибы промыть холодной водой для удаления песка, мелко нашинковать и использовать для супа, приготовляемого из грибного бульона, или дня соуса, или дая вторых блюд, или для пирожков и т. д.

Грибной бульон с луком

15-20 шт. сушеных белых грибов, 2–3 головки репчатого лука, 2 ст. ложки сливочного масла; зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Сушеные белые грибы хорошо промыть и сварить в подсоленной воде. Бульон процедить, добавить масло, прогреть, не доводя до кипения. Отваренные грибы нарезать соломкой, спассеровать с тонко нарезанным репчатым луком.

При подаче к столу в тарелки положить спассерованные грибы и лук, залить бульоном и посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Грибной бульон с ушками

Для бульона — см. предыдущий рецепт.

Для ушков: грибы от бульона, 1 стакан пшеничной муки высшего сорта, 2 яйца, 2 головки репчатого лука, 1 ст. ложка сливочного масла.

Для заправки: перец, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Приготовить грибной бульон, как указано в предыдущем рецепте, процедить, заправить сливочным маслом. Пока варится бульон, приготовить ушки. Муку просеять, вбить 1 сырое яйцо, влить немного воды, замесить тесто, как для вареников, и гонко раскатать. Затем тесто нарезать небольшими квадратиками (4 х 4 см), на середину каждого квадратика положить фарш.

Приготовление фарша: отварные грибы мелко изрубить, добавить мелко рубленный репчатый лук, спассерованный на сливочном масле, рубленое вкрутую сваренное яйцо, зелень укропа, соль, перец. Все хорошо перемешать. Два конца теста свести вместе, защипать его, концы свести и склеить, придав изделию форму ушка. Затем ушки отварить в подсоленной воде, вынуть шумовкой, разложить в тарелки, залить грибным бульоном, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Грибной бульон с домашней лапшой

Для бульона: 15–20 шт. сушеных белых грибов, 1 ст. ложка сливочного масла.

Для лапши: 1 стакан пшеничной муки высшего сорта, 1 яйцо.

Для заправки: зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Приготовить грибной бульон, как указано в рецепте «Грибной бульон с луком». Процедить, заправить сливочным маслом и солью, прогреть, не доводя до кипения. Приготовить домашнюю лапшу, отварить в воде и процедить через дуршлаг. Отваренные грибы нарезать в виде лапши, соединить с отваренной лапшой и перемешать.

При подаче к столу положить в тарелки лапшу с грибами, запить грибным бульоном, посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

Бульон грибной с лапшой (старинный рецепт)

Для бульона: 300 г сушеных грибов, 7 глубоких тарелок воды, по 1 корешку петрушки, лука-порея, сельдерея, моркови, 1 головка лука, 2 лавровых листа, 5 горошин горького перца, соль по вкусу.

Для лапши: 200 г пшеничной муки, 1 ч. ложка растительного масла, 3 ст. ложки воды.

Грибы вымыть в теплой воде, очистить от песчинок и травы, сложить в кастрюлю, добавить лук, перец, лавровый лист, залить водой и поставить варить. Дать несколько раз прокипеть, потом опустить в этот бульон морковь, петрушку, лук-порей, сельдерей, посолить и варить на большом огне до тех пор, пока грибы не станут мягкими. Готовые грибы вынуть, мелко нарезать. Бульон процедить. Грибы положить в кастрюлю, залить бульоном, поставить на огонь и дать закипеть. Добавить лапшу, дать закипеть и подать к столу.

Для приготовления лапши соединить муку, растительное масло и воду. Замесить тесто, раскатать его как можно тоньше, посыпать немного мукой. Пласт сложить втрое, нашинковать лапшу и дать ей подсохнуть с полчаса. Потом опустить ее в кипящий бульон, дать закипеть и подавать к столу. Бульон с лапшой можно посыпать в тарелке зеленью петрушки или укропа.

Грибной бульон с фрикадельками

Для бульона: 15–20 шт. сушеных белых грибов, 4 луковицы, 3 ст. ложки сливочного масла.

Для фрикаделек: грибы из бульона, 2 сырых яйца, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1/4 стакана молока, 50 г белого хлеба.

Для заправки: перец, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Приготовить грибной бульон, как указано в рецепте «Грибной бульон с луком». Процедить, добавить пассерованный на сливочном масле репчатый лук, сливочное масло и прогреть, не доводя до кипения.

Приготовить фрикадельки: отваренные грибы мелко изрубить, добавить репчатый лук, спассерованный на сливочном

масле, намоченный в молоке хлеб. Все пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Муку прогреть в сливочном масле, развести горячим молоком так, чтобы был густой соус, соус соединить с пропущенными через мясорубку грибами, посолить, добавить 2 свежих яйца и хорошо все вымешать. Из полученной массы чайной ложкой сделать фрикадельки, опустить их в кипящую подсоленную воду. Как только фрикадельки всплывут, вынуть их шумовкой из воды, переложить в тарелки, залить грибным бульоном и посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

Грибной бульон с овощами

Положить в кастрюлю нашинкованную свежую капусту, морковь, корни сельдерея, пастернака, лук и вымоченные сухие грибы, залить водой, посолить и варить на слабом огне 1–1,5 часа. Затем бульон отделить от овощей и грибов и подать к столу с пирожками с капустой и луком.

Грибной суп с кореньями

100 г сушеных грибов, 1,5 л воды, 1 пучок кореньев для супа, 3–4 ст. ложки сметаны.

Промыть сушеные грибы и выдержать их в холодной воде в течение 1 часа. Затем воду слить, грибы положить в кастрюлю, влить 1,5 л воды, положить пучок суповых кореньев и варить при кипении приблизительно 1,5 часа. Грибной отвар процедить, а грибы нарезать тонкими ломтиками и снова положить в отвар. Непосредственно перед тем, как снять суп. с огня, добавить сметану.

Суп из сушеных грибов и картофеля

30 г сушеных грибов, 10–12 картофелин, 1–2 луковицы, 1 морковь, 3 ст. ложки масла, 1/2 стакана сметаны, перец, лавровый лист, укроп, соль.

Предварительно замоченные и промытые сушеные грибы варить в течение 2 часов при слабом кипении.

Полученный бульон процедить, грибы промыть в холодной воде и мелко нашинковать. В кастрюлю с грибным бульоном положить нарезанный кубиками картофель, грибы и поджаренные на масле лук и морковь. Перед окончанием варки добавить перец, лавровый лист и соль по вкусу. Готовый суп заправить сметаной и зеленью укропа.

Борщ из сушеных белых грибов и фасоли (Румыния)

200 г сушеных белых грибов, 250 г фасоли, 2–4 головки репчатого лука, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 корень пастернака, 1 л настоя отрубей, веточка любистка, зелень, соль.

Фасоль и грибы перебрать, перемыть и с вечера положить в теплую воду, но не вместе, а отдельно. На следующий день воду от фасоли слить, положить фасоль в свежую кипящую воду, дать закипеть, слить эту воду и заменить другой, тоже кипящей. Мелко нарезанный лук и натертые на крупной терке коренья закладывать, когда фасоль сварится до полуготовности. Посолить. Грибы вынуть из воды, промыть, мелко нарезать и поставить варить в той же воде, в которой они вымачивались, предварительно процедив ее через марлю. Когда и фасоль, и грибы будут готовы, соединить их в одной кастрюле, влить настой отрубей, подкислить, посолить и дать вскипеть. Посыпать мелко нарезанным любистком и зеленью и подавать с мамалыгой.

Таким же способом можно приготовить борщ из одних только сушеных белых грибов.

Овощной суп с сушеными грибами (Чехия)

40 г сушеных грибов, 80 г картофеля, 150 г белокочанной капусты, 300 г помидоров, 120 г лука, 120 г моркови, 20 г петрушки, 180 г стручковой фасоли, 150 г зеленого горошка, 60 г сливочного масла, перец, лавровый лист, соль по вкусу.

Грибы отварить, отцедить и нарезать ломтиками. В кипящий

грибной отвар положить нашинкованную белокочанную капусту и дать закипеть. Добавить подготовленные грибы, нарезанные соломкой лук и коренья, поджаренные на растительном масле, нарезанный ломтиками картофель, нарезанные стручки фасоли и варить 15–20 мин. Затем ввести дольки свежих помидоров, отваренные в подсоленной воде мелкие кочешки цветной капусты, консервированный зеленый горошек. Посолить, поперчить, положить лавровый лист и варить до готовности.

В тарелках суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп с грибами, картофелем и перловой крупой

30 г белых сушеных грибов, 1 кг картофеля, 3–4 л воды, 120 г перловой крупы, по 70-120 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 50 г петрушки и сельдерея, 50 г жира, 2 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 30 г укропа или 60 г зеленого лука, соль по вкусу.

Белые сушеные грибы перебрать и замочить на 15–20 мин в холодной воде. Затем их хорошо промыть, залить холодной водой и поставить варить. Перловую крупу промыть, залить кипящей водой (воды взять в 6–7 раз больше, чем крупы) и также поставить варить. Нарезанные соломкой или мелкими кубиками репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку и сельдерей перемешать с почти отваренными нашинкованными грибами, лавровым листом, душистым перцем горошком и все обжарить на жире. В грибной отвар положить обжаренные овощи и грибы, почти отваренную крупу, соль и варить все до готовности.

Перед подачей к столу суп заправить по вкусу солью и посыпать укропом или зеленым луком.

Перловую крупу для ускорения варки можно замочить на 2–3 часа в холодной воде.

Суп русский с грибами

25 г белых сушеных грибов, 2,5–3 л воды, 1 кг картофеля, 50–75 г перловой крупы, по 60 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 40 г корня петрушки и сельдерея, 40 г жира (животного или растительного), 3

горошины душистого перца, 1,5 лавровых листа, 15 г укропа, 50 г зеленого лука, 75 г сметаны, соль по вкусу.

Белые сушеные грибы замочить на 15–20 мин в холодной воде, затем хорошо промыть и залить холодной водой на 3–4 часа (для набухания). Разбухшие грибы поставить варить на 2,5–3 часа.

Перловую крупу перебрать, промыть, залить кипящей водой и также варить 2,5–3 часа (крупу можно варить вместе с грибами).

В кастрюле разогреть немного жира, положить в него нарезанные мелкими кубиками репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку и сельдерей, а также нашинкованные отваренные грибы, душистый перец горошком, лавровый лист и, помешивая, обжарить все до золотистого цвета. Затем туда же добавить почти готовую крупу, осторожно влить, не взбалтывая, грибной отвар и кипятить на слабом огне 5-10 мин. После этого суп посолить, положить в него нарезанный кубиками или полумесяцами картофель и варить все до готовности.

Перед подачей к столу суп окончательно заправить солью, положить в него сметану и мелко нарезанные укроп и зеленый лук.

Грибной суп с перловой крупой (Польша)

100 г крупы, 1 корень петрушки, кусочек сельдерея, ' 1 луковица, 20 г грибного порошка или сушеных грибов, 1 ст. ложка сливочного масла, 1–2 яичных желтка, 2 ст. ложки сметаны, 1 л бульона, сок, отжатый из половины лимона, или 1 ст. ложка столового уксуса, зелень, соль.

Крупу отварить в слегка подсоленной воде до готовности, процедить. Нарезанные кусочками коренья и вымоченные грибы недолго тушить в масле, затем варить в бульоне до полной готовности. Яичные желтки смешать со сметаной, небольшим количеством бульона и кислым соком. Залить оставшимся бульоном и добавить отваренную крупу. Когда суп остынет, прогреть его еще раз, но не доводить до кипения, чтобы яичные желтки не загустели.

Суп овсяный с грибами

8 г сушеных грибов, 50 г овсяной крупы «Геркулес», 20 г моркови, 5 г петрушки, 5 г сельдерея, 20 г репчатого лука, 5 г столового маргарина, соль.

Сушеные грибы промыть, сварить и нашинковать. Коренья и лук нарезать мелкими кубиками и спассеровать на жире. Крупу (для большей прозрачности супа) два-три раза промыть горячей водой, положить в кипящий бульон и варить при слабом кипении 20–30 мин. За 5–6 мин до окончания варки добавить специи, шинкованные грибы и соль.

Грибной суп с рисом — сунки апур (Армения)

15 шт. сушеных белых грибов, 20 г топленого масла, 40 г репчатого лука, 60 г риса; перец, зелень петрушки или кинза, соль по вкусу.

Белые сушеные грибы тщательно промыть, залить водой и варить 1,5–2 часа. Полученный отвар развести водой до нужного количества, а грибы мелко нашинковать, положить их в отвар, добавить промытый рис, пассерованный, мелко нашинкованный лук, соль, перец и варить до готовности.

При подаче посыпать зеленью.

Лапша с сушеными грибами

Сварить грибной бульон из сушеных грибов. Сваренные грибы нашинковать и положить в суп при закладке лапши.

Грибной суп с макаронами

8 сушеных грибов, 1 морковь, 1/4 пучка сельдерея, 1/4 порея, 1 луковица, 1 лавровый лист, 10 горошин перца, 1/2 стакана сметаны, 3,5 л воды, уксус, 150 г макарон (вермишели, лапши), соль.

В холодную воду положить хорошо промытые сушеные грибы и сварить бульон. Перед окончанием варки положить поджаренные коренья и пряности. Готовый бульон процедить,

вынуть грибы, нарезать продолговатыми кусочками, а коренья протереть через сито и положить все обратно в бульон. Макароны (вермишель, лапша и др.) положить в кипящий бульон и варить на слабом огне 5–8 мин.

Суп подавать заправленным сметаной или незаправленным.

Суп из фасоли или гороха грибной с гренками

70 г фасоли или гороха, 8 г сушеных грибов, 30 г лука, 10 г столового маргарина, 5 г томата-пюре, гренки, соль.

Сваренную фасоль или сваренный горох соединить с грибным бульоном, добавить мелко нарезанный репчатый лук, поджаренный на жире, соль, шинкованные грибы и варить 10–15 мин.

К супу подавать отдельно мелко нарезанные гренки из пшеничного хлеба.

Грибной суп с галушками

50 г сушеных грибов, 1 стакан пшеничной муки, 1 сырое яйцо, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/4 стакана воды, 600 г картофеля, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 ломтик корня сельдерея, 1 головка репчатого лука, перец черный горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укропа, соль.

Грибы тщательно промыть, залить холодной водой, сварить бульон. Муку просеять через сито, добавить яйцо, четверть стакана воды, соль, приготовить крутое пресное тесто. Из теста раскатать жгут толщиной 1 см, нарезать из него галушки. Коренья и лук нарезать тонкой соломкой, слегка обжарить в масле. Грибной бульон процедить. Грибы промыть холодной водой, мелко нарезать, обжарить в масле. Картофель очистить, промыть, нарезать дольками. В процеженный бульон опустить картофель, обжаренные грибы, коренья, галушки, добавить соль, пряности и довести все до готовности.

Вместо галушек можно приготовить маленькие варенички или ушки. Для этого приготовленное тесто раскатать в виде

маленьких кружков, в середину кружка положить мелко рубленные обжаренные в масле грибы, завернуть маленькие варенички или ушки и отварить их в супе.

При подаче суп заправить зеленью петрушки и укропа.

Щи кислые с грибами

30 г сухих белых грибов, 500 г квашеной капусты, 1 морковь, 1 луковица, 3 ст. ложки томата-пюре, 30 г муки, 40 г жира, 40 г сметаны, зелень, перец, лавровый лист, соль.

Из сушеных грибов приготовить бульон, отваренные грибы нарезать. Квашеную капусту потушить, как для обычных щей, со сметаной. В процеженный кипящий бульон опустить тушеную капусту с овощами, грибы, соль, перец горошком, лавровый лист, пассерованную муку, предварительно разведенную бульоном, и варить 5-10 мин.

При подаче щи заправить сметаной и посыпать зеленью петрушки или укропа.

Щи из квашеной капусты с грибами и картофелем

10 сухих грибов, 2 л воды, 1/2 кочана квашеной капусты, 4 ст. ложки сливочного масла, 1/2 моркови и петрушки, 2 головки репчатого лука, 1 ст. ложка томата-торе, 4 ст. ложки сметаны, 6–7 клубней картофеля, перец, зелень по вкусу, соль.

Квашеную капусту в кочанах разобрать на отдельные листья, обдать водой, нарезать в виде лапши, положить в сотейник, добавить воду, топленое масло, сахар и, помешивая и подливая воду, тушить до мягкости, после чего заправить сахаром. Сухие белые грибы перебрать, хорошо промыть и сварить в подсоленной воде до готовности, затем процедить отвар в чистую посуду, а грибы нарезать в виде лапши. В кипящий грибной отвар положить картофель, нарезанный дольками, дать прокипеть. Добавить пассерованные на растительном и сливочном масле с томатом морковь, петрушку и репчатый лук, нарезанные соломкой, дать закипеть. Затем опустить тушеную капусту, подготовленные

грибы, дать прокипеть. Заправить по вкусу солью, сахаром, добавить лавровый лист, перец и зелень и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Сушеные белые грибы перебрать, замочить на 10–15 мин в холодной воде (чтобы отделить от поверхности грязь) и тщательно промыть в нескольких водах; затем залить холодной водой на 4–6 часов для набухания.

Набухшие грибы вынуть на сито или дуршлаг, промыть сильной струей воды и положить в кастрюлю. В эту же кастрюлю перелить (осторожно, чтобы не поднять со дна осадок) отстоявшуюся воду, в которой набухали грибы, и поставить варить на 2–2,5 часа.

При подаче к столу в тарелку со щами добавить 1 ст. ложку сметаны и зелень укропа и петрушки.

Щи из квашеной капусты с грибами

30-50 г сушеных белых грибов, 1 кг квашеной капусты, 3–4 л воды, 150 г репчатого лука, 60–90 г томата-пюре, 50 г жира, 30 г пшеничной муки, 2–3 лавровых листа, 3–4 горошины душистого перца, 120 г сметаны, 90 г зеленого лука или укропа, соль по вкусу. Сушеные белые грибы перебрать, замочить на 10–15 мин в холодной воде (чтобы отделить от поверхности грязь) и тщательно промыть в нескольких водах; затем залить холодной водой на 4–6 часов для набухания.

Набухшие грибы вынуть на сито или дуршлаг, промыть сильной струей воды и положить в кастрюлю. В эту же кастрюлю перелить (осторожно, чтобы не поднять со дна осадок) отстоявшуюся воду, в которой набухали грибы, и поставить варить на 2–2,5 часа.

Нашинкованную квашеную капусту перебрать, промыть (для удаления излишней кислоты), отжать, положить в кастрюлю с жиром и тушить, изредка помешивая, 1,5–2 часа. Затем в капусту положить поджаренные нарубленный репчатый лук и томат-пюре, а также лавровый лист и душистый перец горошком. Изредка помешивая, тушить капусту еще 30 мин.

Сварившиеся грибы вынуть шумовкой, перебрать и тонко нашинковать. Отстоявшийся грибной отвар осторожно слить в кастрюлю с капустой, положить туда же нашинкованные грибы и варить все до готовности (грибы можно предварительно

обжарить). За 15–20 мин до конца варки в щи можно добавить мучную пассеровку. Готовые щи заправить по вкусу солью.

При подаче к столу в щи положить сметану и мелко нарезанный зеленый лук или укроп.

Можно приготовить щи с картофелем, который кладут за 15–20 мин до конца варки. В этом случае мучная пассеровка не вводится.

Постные щи с грибами

5-6 сухих белых грибов, 500–750 г квашеной капусты, 1 ст. ложка гречневой крупы, 2 луковицы, 1 картофелина, 1 морковь, 1 репа или брюква, 1 петрушка, 1 ст. ложка укропа, 3 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, 8 горошин черного перца, 100 г сметаны, 1–2 ст. ложки макового, подсолнечного или оливкового масла.

Квашеную капусту залить 1/2 л кипятка и поставить в глиняном горшке в духовку на 20–30 мин. Затем отвар слить в отдельную эмалированную или фаянсовую посуду, а капусту посолить, смешать с мелко нарезанным луком, смочить подготовленным ароматизированным растительным маслом и растирать в эмалированной миске деревянной ложкой так, чтобы полностью втереть масло. Затем вновь соединить с отваром и продолжать варить на плите.

Подготовить 1 л грибного бульона, соединить его с капустой, добавить гречневую крупу и продолжать варить до готовности капусты.

Для ароматизации масло нагревают (но не жарят) в сковороде или сотейнике и добавляют туда семена кориандра, аниса, фенхеля, укропа или зелень сельдерея, петрушки.

Грибные кислые суточные щи

Пара горстей сушеных грибов, 600 г квашеной капусты, 3 моркови, 3 ст. ложки томата-пюре, 3 ч. ложки пшеничной муки, 1 стакан сметаны, 1 лавровый лист; перец, зелень, соль по вкусу.

Из грибов и квашеной капусты сварить бульон. Репчатый лук

нашинковать, поджарить на масле, смешать с отжатой капустой и прожарить все на сковороде, пока капуста не станет красной и мягкой. Тогда добавить на сковороду прожаренную муку, томат-пюре и снова жарить. Сложить капусту в кастрюлю, добавить отдельно нарубленные грибы и варить до готовности. Есть через 5–6 часов или позднее.

При подаче в тарелки положить сметану, посыпать зеленью.

Щи с грибами на подсолнечном масле

30 г сухих грибов, 400 г квашеной капусты, 3 ст. ложки подсолнечного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 луковицы, 1 морковь, 1/2 корня петрушки, 3 лавровых листа, перец и соль по вкусу.

Грибы хорошо промыть, залить холодной водой, добавить 1 целую луковицу и варить до мягкости. Лук, морковь, петрушку мелко порубить, обжарить в масле, добавить промытую в холодной воде и хорошо отжатую кислую капусту, влить немного грибного бульона, положить лавровый лист и перец, посолить и тушить капусту до мягкости. Когда капуста будет мягкая, вылить в нее остальной бульон. Муку поджарить в 1 ст. ложке подсолнечного масла, разбавить грибным бульоном, заправить щи, добавить рубленые грибы и прокипятить.

Щи из кислой капусты с грибами по старинному рецепту

200 г сушеных грибов, 300 г кислой рубленой капусты, 2,5 л воды, 1 луковица, 3 гвоздички, 8 горошин черного перца, 2 ст. ложки пшеничной муки, 2 ст. ложки подсолнечного масла, соль.

Капусту, гвоздику и перец положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Грибы перебрать, промыть, меняя чаще воду, сложить в отдельную кастрюлю, залить горячей водой так, чтобы вода была на три пальца выше грибов, и поставить варить. Когда грибы станут мягкими, грибной бульон слить и сделать из него заправку: 1 ст. ложку подсолнечного масла смешать с 1 ст. ложкой муки, растереть до однообразной массы и развести бульоном. Эту массу вылить в кипящие щи и

подсолить.

Грибы нашинковать, луковицу мелко нарезать и, положив на сковороду, добавить подсолнечное масло, посыпать мукой, перцем и солью. Все это слегка поджарить и выложить в готовые щи. Дать прокипеть еще около 20 мин.

К щам подать кашу, запеченную или обжаренную кусками, или пирожки.

Суп с грибами и свеклой

Свеклу, морковь очистить и натереть на крупной терке. Лук тонко нашинковать и обжарить на растительном масле, добавить натертую свеклу, морковь и тушить 15–20 мин, периодически помешивая.

Предварительно замоченные сухие грибы варить около часа, процедить и нарезать соломкой. В тушеную свеклу влить грибной отвар, добавить нашинкованные грибы, соль, перец и довести до кипения.

При подаче к столу положить сметану.

Если суп готовят из соленых грибов, тушеную свеклу заливают горячей водой.

Борщ с грибами и свежей капустой вегетарианский

1 кг свеклы, 5–6 л воды, 50 г сушеных белых грибов, 750 г свежей капусты, 500 г картофеля, 250 г моркови, 150 г брюквы, 250 г репчатого и 120 г зеленого лука, 150 г томата-пюре, 20–50 г сахара, 100 г растительного масла, 3–4 ст. ложки уксуса, 5 лавровых листов, 10 горошин душистого перца, 120–200 г сметаны, соль по вкусу.

Сушеные белые грибы тщательно промыть и отварить. Готовые грибы снова промыть и нашинковать, а отстоявшийся отвар процедить. Свеклу очистить, промыть, нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, слегка обжарить на растительном масле, подлить к ней немного воды и тушить 1,5–2 часа. Морковь, брюкву и репчатый лук также нарезать соломкой и обжарить до полуготовности на разогретом растительном масле.

В кипящий грибной отвар положить нарезанную капусту и

варить ее 30–40 мин. Затем туда же опустить обжаренные репчатый лук, коренья и томат-пюре. Борщ прокипятить, посолить и добавить в него нарезанный кубиками или дольками картофель и нашинкованные грибы. Прокипятить борщ 4–5 мин, положить в него тушеную свеклу и варить до готовности (8-10 мин).

Готовый борщ заправить окончательно по вкусу солью, сахаром, свекольной подкраской или уксусом.

При подаче к столу положить сметану и мелко нарезанный зеленый лук.

Борщ можно приготовить и без картофеля, но тогда в него следует ввести мучную пассеровку.

Борщ волынский с грибами

5 г сушеных грибов, 80 г говядины, 60 г свеклы, 160 г свежей капусты, 15 г моркови, 10 г корня петрушки, 15 г репчатого лука, 10 г свиного топленого сала, 15 г сметаны, 60 г свекольного кваса, лавровый лист, перец душистый горошком, зелень петрушки и укропа, соль.

Очищенную свеклу сварить до полуготовности, нарезать ее соломкой, положить вместе с нашинкованной капустой в бульон и варить 10 мин. Затем добавить в бульон пассерованные коренья, репчатый лук, поджаренные и протертые свежие помидоры, лавровый лист, душистый перец горошком и варить до готовности.

За 5–7 мин до конца варки добавить вареные, нарезанные соломкой грибы и свекольный квас.

При подаче положить в тарелку мясо, сметану и посыпать зеленью.

Борщ из квашеной капусты с грибами

1/2 клубня свеклы, 10 сушеных грибов, 1/4 кочана квашеной капусты, по 4 ст. ложки сливочного масла и сметаны, 2 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки томата-пюре, 5-7 клубней картофеля, по 1/2 моркови и стебля петрушки, 2 головки репчатого лука, 1 ст. ложка растительного масла, 1,5 л воды; сахар, перец, лавровый

лист, зелень и соль по вкусу.

Белые сухие грибы намочить в воде, хорошо вымыть и отварить в подсоленной воде. Бульон отцедить в чистую кастрюлю, а грибы нарезать соломкой.

Квашеную капусту (лучше в кочане) разобрать на отдельные листья, обдать холодной водой, нарезать соломкой, положить в сотейник, добавить 2 ст. ложки растопленного масла, 3–4 ст. ложки воды и стушить, помешивая и подливая воду.

Морковь, петрушку и репчатый лук очистить, помыть, нарезать тонкой соломкой и спассеровать на сливочном масле в смеси с растительным и томатом-пюре.

Свеклу очистить, помыть, нарезать тонкой соломкой и положить в кастрюлю, добавить 3 ст. ложки воды, 2 ст. ложки уксуса, 1 ст. ложку томата и немного сахара и тушить до мягкости.

В грибной бульон опустить картофель, нарезанный дольками, дать закипеть, добавить тушеную капусту, свеклу и пассерованные коренья, дать прокипеть 5 мин. Затем опустить нарезанные отваренные грибы, добавить по вкусу соль, сахар, уксус, перец, лавровый лист, дать закипеть и сдвинуть кастрюлю на край плиты.

При подаче в тарелку добавить ложку сметаны и посыпать зеленью укропа и петрушки.

Борщ с грибами и квашеной капустой вегетарианский

1 кг свеклы, 4–5 л воды, 40 г белых сушеных грибов, 600–700 г квашеной капусты, 400 г картофеля, 200 г моркови, 100 г брюквы, 200 г репчатого лука, 100 г зеленого лука, 120 г томата-пюре, 16–40 г сахара, 80 г растительного масла, 3 ст. ложки уксуса, 4 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 120–160 г сметаны, соль по вкусу.

Приготовляется в основном так же, как борщ со свежей капустой (?????см. рецепт Борщ с грибами и свежей капустой вегетарианский). Квашеную капусту перебрать, промыть и тушить на жире или растительном масле 1,5–2 часа. В бульон ее закладывать одновременно с тушеной свеклой.

Борщ киевский с грибами

50 г сушеных грибов, 300 г картофеля, 1 небольшой кочан капусты, 1 свекла, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 луковица, 2 стакана свекольного кваса, 1,5 л воды, 1/2 стакана томата-пюре, 1/2 стакана фасоли, 1 ч. ложка пшеничной муки, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца (желтки), лавровый лист, зелень, перец, соль.

Промыть сушеные грибы, сварить до мягкости, грибы вынуть, мелко нарезать, бульон процедить. В кипящий грибной бульон положить нарезанную соломкой капусту, после закипания — картофель, нарезанный дольками, и варить 15–20 мин. Потом добавить спассерованные с томатом-пюре коренья и лук, нарезанные вареные грибы, сваренную отдельно в воде фасоль, свеклу, нарезанную соломкой и стушенную с грибным бульоном, пассерованную на масле и разведенную грибным бульоном муку. Дать прокипеть 5 мин, влить свекольный квас с сахаром, посолить и довести до кипения.

При подаче в тарелку с борщом положить сметану, смешанную с сырыми желтками, и посыпать зеленью петрушки.

Борщ с грибами и черносливом

500 г свеклы, 150 г чернослива, 40 г белых сушеных грибов, 300 г белокочанной капусты, 100 г моркови, 15 г петрушки, 20 г репчатого лука, 80 г томата-пюре, 15 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 50 г сахара, 40 мл 3 %-ного уксуса, 100 г сметаны, 2 л бульона, 2 бутона гвоздики; лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Сварить грибы.

Овощи, нарезанные соломкой, и промытый чернослив положить в грибной бульон вместе с подготовленной свеклой и варить борщ как обычно. Вареные грибы нашинковать и вместе со специями (лавровый лист, перец, гвоздика) добавить в приготовленный борщ с черносливом.

Подавать со сметаной и зеленью.

Если борщ готовят в большом количестве, то для более удобного распределения на порции чернослив сварить отдельно, а отвар влить в борщ.

Борщ литовский с ушками

8 сушеных белых грибов, 1,5 л воды, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сметаны, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 головка лука, 1/3 свеклы, перец, уксус, сахар, зелень и соль по вкусу.

Для ушков: 1 стакан пшеничной муки, 1/2 стакана гречневой крупы, 1 головка лука, 3–6 белых грибов, 3 яйца, 1 ст. ложка сливочного масла.

Сушеные грибы хорошо промыть, а затем сварить в воде. Грибной бульон сохранить. Часть грибов (1/3) мелко изрубить, добавить к ним 2 рубленых крутых яйца, пассерованный лук, крутую гречневую кашу, соль, зелень петрушки и укропа, влить 1 сырое яйцо и хорошо перемешать, полученный фарш использовать для начинки ушек.

Приготовление ушков: замесить тесто, как для пельменей или вареников, тонко раскатать, нарезать квадратиками, на каждый квадратик положить немного подготовленного фарша, защипать концы теста, свести концы и слепить их, придав форму ушка.

Грибной бульон довести до кипения, положить в него тушеные морковь, петрушку, лук, нарезанные соломкой, дать прокипеть. Опустить сначала тушеную свеклу, дать прокипеть, затем ушки и варить, пока они не всплывут на поверхность. Заправить по вкусу солью, перцем, кислотой, опустить нарезанные соломкой отваренные грибы, посыпать зеленью укропа и петрушки, влить сметану и перемешать.

Борщ на грибном бульоне с грибными ушками (Украина)

Для борща: 8 сушеных белых грибов, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 ст. ложки сливочного масла, 8 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 ч. ложка сахара, 1 ст. ложка уксуса или щепотка лимонной кислоты, 1 свекла, 1/2 ст. ложки крахмала, соль, 2 л воды.

Для ушков: 1,5 стакана пшеничной муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки сливочного масла, вода, соль.

Для начинки: 6 сваренных грибов, 1 яйцо, 2 ст.

ложки сливочного масла, 1/2 стакана гречневой крупы, 1 луковица, соль.

Промытые сушеные грибы отварить, вынуть и снова хорошо промыть, чтобы удалить остаток песка. Грибной бульон отстоять, процедить в другую кастрюлю, положить спассерованные, нарезанные соломкой морковь, петрушку, лук и варить до готовности кореньев, а потом процедить.

Свеклу отварить так же, как для борща с мясными ушками, соединить с подкисленным грибным бульоном, после настаивания вновь процедить, добавить сахар, крахмал, разведенный бульоном, и довести до кипения.

Для фарша часть грибов мелко нарубить, добавить к ним мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца, спассерованный лук, густую гречневую кашу, соль, мелко нарезанную зелень петрушки и укропа, сырое яйцо и хорошо перемешать.

Из воды, муки и соли с добавлением растопленного масла замесить тесто и делать ушки с грибным фаршем так же, как для борща с мясными ушками.

Подготовленные ушки отварить в воде, а потом вынуть и залить кипящим грибным бульоном и положить оставшиеся грибы.

Борщ с грибами и клецками

1/3 клубня свеклы, 1/3 кочана капусты, 5 сушеных грибов, 1,5 л воды, 4 ст. ложки сливочного масла, 5–6 клубней картофеля, 2 головки лука, 1/2 моркови. петрушки и сельдерея, 2 ст. ложки томата, 4 ст. ложки сметаны, перец, сахар и соль по вкусу.

Для клецек: 1 стакан пшеничной муки, 1/4 стакана молока, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 яйцо, щепотка соды.

Морковь, петрушку, сельдерей и репчатый лук очистить, вымыть, нарезать соломкой и спассеровать на сливочном масле с томатом-пюре. Свеклу нарезать в виде лапши и стушить с томатом и квасом. Грибы отварить, бульон процедить в чистую кастрюлю, довести до кипения, затем опустить в него свежую капусту, нарезанную лапшой, дать прокипеть и опустить картофель, нарезанный дольками, тушеную свеклу и пассерованные овощи. Затем добавить грибы, отваренные и

нарезанные лапшой, и клецки и варить, пока клецки не всплывут на поверхность.

Готовый борщ заправить по вкусу солью, перцем, посыпать зеленью укропа и петрушки.

При подаче к столу влить сметану.

Приготовление клецек: сливочное масло положить в десертную тарелку, добавить соль и растереть, влить сырое яйцо и снова растереть. К полученной массе добавить просеянную муку, немного молока и все хорошо взбить, чтобы получилось вязкое тесто. Тесто оставить в тарелке на 30–40 мин. Затем на стол просеять муку, подсыпать немного питьевой соды, тесто хорошо вымесить, раскатать в виде тонкого жгута, слегка приплюснуть его и нарезать ромбиками.

Рассольник по-домашнему

8-10 сушеных грибов, 2 соленых огурца, 1/8 головки белокочанной капусты, 5–6 клубней картофеля, 4 ст. ложки сметаны, 4 ст. ложки топленого масла, по 1/2 моркови, петрушки и сельдерея, 2 головки репчатого лука, 1 яйцо; перец, лавровый лист, рассол, зелень и соль по вкусу.

Морковь, петрушку, сельдерей и репчатый лук очистить, промыть, нарезать соломкой и спассеровать на топленом масле.

Сушеные грибы сварить, бульон процедить, а грибы нашинковать соломкой.

Соленые огурцы разрезать вдоль, срезать кожицу, удалить семена и нарезать крупной соломкой, залить водой и проварить 5–7 мин.

Капусту помыть и нарезать соломкой.

В кипящий бульон опустить нарезанный картофель, дать прокипеть, опустить капусту и дать покипеть 6–7 мин. Затем опустить пассерованные коренья, грибы, припущенные огурцы, соль, перец, лавровый лист и огуречный рассол и дать провариться на медленном огне 8-10 мин. Кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Взбить 1 желток с 2 ст. ложками сметаны и заправить рассольник. Можно обойтись и без желтка.

При подаче в тарелку с рассольником влить столовую ложку сметаны и посыпать зеленью петрушки и укропа.

Рассольник грибной

100 г сухих грибов, 5 соленых огурцов, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 корешок сельдерея, 1–2 головки репчатого лука, 5 картофелин, 50 г перловой крупы, 100 г сливочного масла, 200 г сметаны, зелень пертушки или укропа.

Сварить грибной бульон. Грибы вынуть из бульона, перебрать, промыть, нарезать мелкими кусочками и обжарить в масле. Бульон процедить, положить в него картофель, пассерованные коренья и лук, припущенные соленые огурцы, отваренную перловую крупу, обжаренные грибы и все варить до готовности. В рассольник можно добавить томат-пюре, а также процеженный прокипяченный огуречный рассол. При подаче рассольник заправить сметаной и зеленью петрушки или укропа.

Рассольник с грибами и щавелем

50 г сушеных грибов, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 корень пастернака, 2 луковицы, 300 г картофеля, 3–4 соленых огурца, 2 ст. ложки топленого или растительного масла, 100 г щавеля, 100 г сметаны, лавровый лист, черный перец горошком, душистый перец, укроп, соль.

Сушеные грибы перебрать, промыть, залить холодной водой и сварить до мягкости (без соли). Грибы вынуть, промыть водой, нашинковать, а бульон осторожно слить, чтобы песок из грибов остался на дне посуды.

Морковь, лук и белые коренья нарезать соломкой и прогреть на масле. Затем овощи положить в грибной бульон и варить. Добавить картофель, нарезанный брусочками, и продолжать варить до готовности картофеля. Положить соленые огурцы, предварительно очищенные от кожицы и семян и нарезанные ломтиками, долить немного воды и варить до размягчения. В конце варки добавить вареные грибы, нарезанные листья щавеля, огуречный рассол по вкусу.

В тарелку с рассольником положить сметану и зелень укропа.

Солянка грибная

50 г белых сушеных грибов, 200 г соленых грибов, 2 л воды, 1 ст. ложка томата-пюре, 2–3 луковицы, 2 ст. ложки топленого масла, 1 лавровый лист, 100 г сметаны, перец черный молотый, зелень, соль.

Сухие грибы хорошо промыть, залить холодной водой и отварить до мягкости. Отвар процедить, грибы промыть и нарезать кусочками. В кипящий грибной отвар положить пассерованный лук с томатом, промытые и нарезанные ломтиками соленые грибы (белые, грузди, рыжики, волнушки), лавровый лист, черный молотый перец и варить 15–20 мин. Потом добавить нарезанные ломтиками отваренные белые грибы.

При подаче в тарелку положить сметану и зелень.

Грибные супы с мясом, на мясном или курином бульоне

Щи боярские

500 г мяса, 40 г сушеных грибов, чеснок, остальные продукты как для обычных щей.

Капусту стушить, коренья и лук спассеровать. Щи варить на грибном отваре как обычные. В глиняный горшочек положить нашинкованные вареные грибы, два кусочка жареного мяса, залить щами, довести до кипения. При подаче добавить рубленый чеснок.

Щи кислые с грибами и свининой

200 г беконной свинины, 1 кг квашеной капусты, 2 л воды, 200 г соленых или 60 г сушеных грибов, 2–3 луковицы, тмин, 4 ст. ложки сметаны, зеленый лук, соль.

Капусту вместе со свининой варить в воде почти до полной готовности. Подготовленные грибы нарезать соломкой и тушить вместе с луком, добавив немного шпика или жира. Затем грибы соединить с супом. Суп заправить солью и тмином.

При подаче к столу в тарелку положить сметану и посыпать измельченным зеленым луком.

Грибной борщ на костном бульоне

30 г сушеных грибов, 500 г говяжьих костей, 250 г свеклы, 300 г белокочанной капусты, 400 г картофеля, 2 стакана хлебного кваса, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1/2 стакана сметаны, 1 лавровый лист, зелень, перец душистый, гвоздика, соль по вкусу.

Промыть, нарезать соломкой 150 г очищенной свеклы и тушить до готовности с жиром, томатом-пюре и 1 стаканом хлебного кваса.

Тушеную свеклу положить в сваренный из костей и процеженный бульон, добавить капусту, нарезанную соломкой, а после закипания — нарезанный соломкой картофель, сваренные и нарезанные соломкой сушеные грибы с отваром, в котором они варились. Добавить спассерованный лук, а также петрушку, лавровый лист, соль, перец, гвоздику и варить борщ еще несколько минут.

Оставшуюся свеклу (100 г) натереть, смешать с 1 стаканом хлебного кваса, долить немного бульона, довести до кипения, процедить и смешать с борщом перед подачей к столу.

При подаче в тарелку с борщом положить сметану.

Суп с грибами и перловой крупой (Армения)

80 г сушеных грибов, 600 г мяса, 40 г топленого масла, 80 г перловой крупы, 80 г репчатого лука, 300 г картофеля, 1 лимон, зелень кинзы и соль по вкусу.

Сварить бульон из говядины и процедить, мясо отделить от костей и нарезать на куски весом 40–50 г. В горячий процеженный бульон добавить перебранную, промытую перловую крупу, мелко нарезанный и обжаренный репчатый лук, соль и варить суп на небольшом огне.

Сушеные грибы предварительно перебрать, тщательно промыть, замочить на 3–4 часа и варить в этой же воде. Отвар

процедить, грибы мелко нарезать и вместе с отваром добавить в суп. Затем добавить очищенный, промытый и нарезанный кубиками картофель, посолить и довести до готовности.

Перед подачей в тарелку с супом выжать лимонный сок (1/4 лимона на порцию).

Грибная чорба с телятиной (Молдова)

100 г сушеных грибов, 300 г телячьей грудинки или 200 г говядины (без костей), 2 л воды, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1/2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана хлебного кваса, черный молотый перец, сметана, зелень укропа, петрушка, чабрец, соль по вкусу.

Для лапши: 1 стакан муки, 1 яйцо, соль.

Мясо отварить до готовности, сушеные белые грибы перебрать, промыть, замочить в холодной воде на 3–4 часа, отварить и нарезать соломкой. Морковь, корень петрушки, лук нарезать соломкой и спассеровать. Из муки и яиц замесить тесто и сделать домашнюю лапшу. В готовый бульон положить грибы, лапшу, пассерованные овощи и варить 10 мин. За 5 мин до готовности ввести прокипяченный хлебный квас, соль, перец, зелень чабреца.

При подаче в тарелку с чорбой положить кусочек мяса, сметану и посыпать зеленью петрушки и укропа.

Суп со свининой и грибами (Австрия)

100 г сушеных грибов, 200 г нежирной свинины, 2 луковицы, 1 ст. ложка кукурузной муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1/2 ч. ложки приправы, перец и соль по вкусу.

Свинину нарезать небольшими кусочками и отварить в 2 л воды с луком. Варить следует до тех пор, пока свинина не станет мягкой, а количество жидкости при этом не уменьшится вдвое. Луковицу из супа удалить. Грибы измельчить и обжарить в

сливочном масле в течение 2 мин на сковороде с толстым дном, добавить муку, тщательно перемешать, переложить грибы в суп и быстро размешать. Варить примерно 15 мин на медленном огне, добавить соль, специи и варить еще 2 мин. Подавать горячим.

Суп из языка с грибами

1 телячий или говяжий язык, 50 г сушеных грибов, 1–2 моркови, 1/2 корня сельдерея, 1 головка репчатого лука, 1–2 лавровых листа, 15–20 горошин черного перца, 1–2 ложки масла, зелень петрушки, черный перец, соль.

Хорошо промыть телячий или говяжий язык, положить в подходящую посуду, влить 8-10 стаканов воды, добавить морковь, сельдерей, репчатый лук, лавровый лист, черный перец, соль, сварить и дать остыть в отваре. Сваренный язык вынуть из бульона, снять с него кожу и нарезать ломтиками.

Припустить до мягкости сушеные грибы, предварительно замоченные в течение 1–2 часов в тепловатой воде, добавив 1–2 ложки масла. Затем положить их в бульон и варить при кипении 15–20 мин. Прибавить нарезанное мясо (половину всего количества, другую половину оставить для салата). Нарезать кубиками морковь и сельдерей и снова положить в суп, а репчатый лук удалить. Перед подачей посыпать суп мелко нарезанной петрушкой или черным перцем.

Вместо грибов в суп можно положить картофель.

Грибной суп с курицей

200 г сушеных грибов, 1 курица (800–900 г), 100 г вермишели, 2–3 сухих листика лимона, соль, перец, 1 ч. ложка уксуса.

Курицу сварить без потрохов в слабо подкисленной воде (1,5 л). В бульон положить вермишель, промытые и нарезанные соломкой сушеные грибы, варить до мягкости грибов. Прибавить мелко нарезанные потроха и варить до готовности. За несколько минут до окончания варки положить измельченные листья лимона.

Суп из курицы с грибами и домашней лапшой

70 г курицы, 8 г сушеных грибов, 20 г моркови, 5 г петрушки, 10 г репчатого лука, 10 г лука-порея, 5 г жира, зелень, соль.

Для лапши: 35 г муки, 1/4 яйца, 7 мл воды, соль.

Коренья и лук нарезать соломкой и спассеровать с жиром, снятым с бульона, или со сливочным маслом. Приготовить домашнюю лапшу, подсушить ее и просеять через сито.

В кипящий куриный бульон положить коренья, а после того, как бульон снова закипит, — лапшу. Для сохранения прозрачности супа лапшу сначала опустить на 1 мин в горячую воду, откинуть на сито и, когда вода стечет, переложить в бульон и варить 15–20 мин.

Сваренные грибы нашинковать и положить в суп при закладке лапши и лука. Заправить солью и перцем по вкусу.

Подавать с куском курицы и зеленью.

Грибные супы с рыбой

Борщ с грибами и кильками в томате

1 банка килек в томате (консервы), 100 г сушеных грибов, 2 стакана фасоли, 400 г картофеля, 400 г капусты, 200 г свеклы, 1,5–2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки подсолнечного масла, корень петрушки, морковь, 1 луковица, 1 ч. ложка поджаренной пшеничной муки, перец и соль по вкусу.

Замочить в холодной воде фасоль и белые сушеные грибы. Через 2–3 часа выложить их в кастрюлю с водой и сварить до полуготовности.

Потушить свеклу, коренья петрушки и морковь нарезать кубиками и вместе с нарезанным репчатым луком слегка поджарить на подсолнечном масле, смешать с тушеной свеклой, 1 ч. ложкой поджаренной пшеничной муки, добавить 1–1,5 ст. ложки томата-пюре, развести бульоном и прокипятить.

В кипящий бульон с грибами и фасолью положить картофель, нарезанный кубиками, нашинкованную капусту, соль и варить 10–15 мин. Затем добавить свеклу с кореньями, лавровый лист, душистый перец и варить до тех пор, пока капуста и картофель не будут готовы. В конце варки выложить в борщ кильки в томате.

При необходимости добавить по вкусу соль и томат-пюре. Дать закипеть и снять с огня.

Подавать со сметаной и мелко нарубленной зеленью петрушки.

Борщ с карасями и грибами

100 г сушеных грибов, 1 кг карасей, 2 л воды, 1 свекла, 300 г белокочанной капусты, 1 луковица, 1 морковь, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 ст. ложка уксуса, сметана, зелень укропа, маслины, перец душистый, 1 стакан отвара свеклы, соль.

Из грибов с добавлением кореньев, перца, лаврового листа, маслин сварить бульон, положить в него нашинкованные свеклу и капусту и продолжать варить. Лук поджарить, добавить муку, спустя 2 мин влить уксус. Эту заправку ввести в борщ.

Рыбу запанировать в муке, обжарить до появления румяной корочки и положить в борщ за 5 мин до его готовности. Борщ с карасями не должен сильно кипеть. Готовый борщ заправить свекольным отваром.

При подаче борщ в тарелке посыпать нарезанной зеленью и заправить сметаной.

Похлебка по-суворовски

350 г судака, 250 г картофеля, 25 г моркови, 50 г репчатого лука, 25 г корня сельдерея, 100 г сушеных грибов, 100 г свежих помидоров, 10 г чеснока, 50 г сливочного масла, 25 г зелени петрушки, 1,75 л бульона.

Для кулебяки из слоеного теста: 300 г пшеничной муки, 125 г маргарина, 2–3 яйца, 100 мл воды, соль.

Для рыбного фарша: 250 г судака или окуня, 50 г репчатого лука, 50 г маргарина, перец, соль.

Сварить рыбный бульон. Замочить в холодной воде грибы, затем промыть их, отварить и нарезать. Подготовить и нарезать рыбу, картофель. Спассеровать грибы, морковь, корень сельдерея, лук. Подготовленные продукты положить в глиняный горшочек, залить рыбным бульоном и поставить в духовку. Перед

окончанием варки добавить свежие помидоры, нарезанные дольками.

При подаче положить рубленый чеснок, зелень петрушки.

Отдельно подать кулебяку из слоеного теста.

Супы, которые можно варить как из свежих, так и из сушеных грибов

Супы на грибном бульоне

Грибной суп с клецками

250 г свежих или 30–40 г сушеных грибов, 1 лук-порей или 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 1 ст. ложка жира или маргарина, кусочек сельдерея, 1 л воды или грибного бульона, 2–3 шт. картофеля, 1 ст. ложка сметаны, зелень, соль.

Для клецек: 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 1 яичный желток, 1/2 стакана пшеничной муки, немного молока или воды, соль.

Для приготовления клецек смешать несколько размягченный, постоявший в комнате жир с яичным желтком, мукой и жидкостью, заправить солью и дать постоять 20–30 мин для разбухания муки.

Шинкованные грибы вместе с нарезанными на брусочки кореньями тушить почти до полной готовности. Картофель сварить в воде или отваре. Когда овощи уже почти готовы, при помощи двух чайных ложек формовать клецки и опускать в кипящий суп. Одновременно добавить тушеные грибы. Суп готов, когда клецки всплывут на поверхность и все продукты станут мягкими. Заправляя суп, можно добавить также огуречный или капустный рассол.

К столу подавать со сметаной и измельченной зеленью.

Грибной суп с ушками из кислой капусты

500 г квашеной капусты, 500 г пшеничной муки, 1–2 луковицы, подсолнечное масло, перец и соль по вкусу.

В грибной бульон опустить ушки, приготовленные следующим образом: крутое тесто из муки, воды и соли тонко раскатать, нарезать квадратиками, на каждый положить фарш из капусты, обжаренной в масле с мелко нарезанным луком. Квадратики защипать и дать им прокипеть в бульоне.

Грибной суп с овощами

200 г свежих, 75-100 г отваренных или 25–35 г сушеных грибов, 1 лук-порей, 1 ст. ложка жира или маргарина, 1 корень петрушки или кусочек сельдерея, морковь, ломтик брюквы, немного свежей капусты, 3–4 картофелины, 1 л бульона или воды, 1 яблоко или помидор, соль, укроп или зелень петрушки, зеленый лук или лук-резанец, 1–2 ст. ложки сметаны, 1 крутое яйцо.

Отваренные грибы, сырые коренья и морковь нарезать брусочками и потушить в жире. Брюкву, капусту и морковь нарезать продолговатыми кусочками и опустить в кипящий грибной бульон или воду. Когда овощи станут полумягкими, добавить к ним тушеные грибы, а также коренья и нарезанное яблоко или помидор. Продолжать варить до полной готовности всех продуктов, затем заправить.

При подаче к столу в тарелки добавить сметану, положить яйцо, нарезанное ломтиками или секторами, сверху посыпать рубленой зеленью.

Суп с брюссельской капустой на грибном бульоне

600 г брюссельской капусты, 3–4 шт. картофеля, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, 6–7 стаканов грибного бульона из свежих или сушеных грибов, соль по вкусу.

Очищенную брюссельскую капусту опустить на 2 мин в кипящую воду, затем откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, переложить капусту в суповую кастрюлю с растопленным маслом и слегка поджарить.

Залить капусту грибным бульоном (или горячей водой), добавить картофель, нарезанный тонкими ломтиками, посолить и

варить на слабом огне 20–30 мин.

При подаче к столу в суп положить сметану.

Свекольник с грибами

1 вареная или печеная свекла, 100 г свежих или 15 г сушеных грибов, 1 крупная луковица, 1 корень петрушки, 2 моркови, 2 ст. ложки ветчинного жира или сливочного масла, 1 л воды, 200 г свежей капусты, 1 долька чеснока, 1 ст. ложка столового уксуса или яблочного пюре, 3 горошины перца, пряные травы, 2 бульонных кубика, зелень, 3 ст. ложки сметаны, соль.

Рубленый лук, грибы (сушеные предварительно замочить на 3–4 часа), петрушку и морковь обжарить в жире. Капусту варить в воде до полуготовности, затем добавить обжаренные грибы и коренья. Варить, пока они не станут мягкими, затем положить нарезанную соломкой вареную или печеную свеклу, толченый чеснок, уксус или яблочное пюре. Посолить, заправить и довести до кипения.

Подавать со сметаной и рубленой зеленью.

Борщ с грибами

2 свеклы средней величины (400 г), 200 г свежих или 30 г сушеных белых грибов, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 луковица, немного сельдерея или петрушки, 4 картофелины, 1–2 л бульона, 1 ч. ложка муки, 1–2 ст. ложки сметаны, 2–3 ст. ложки зелени, 1 ст. ложка томата-пюре, соль.

Подготовленные грибы потушить в сливочном масле вместе с измельченными кореньями. Вареную свеклу натереть или нарезать брусочками. Картофель, нарезанный продолговатыми кусочками, отварить в бульоне до мягкости, добавить другие продукты (муку смешать с небольшим количеством холодной жидкости) и все вместе варить 10 мин. Сметану и измельченную зелень положить в суп перед подачей к столу. Если добавлять томат-пюре, то его надо тушить вместе с грибами.

Летний борщ с грибами и картофелем

1,5 л воды, 10 свежих или сухих грибов, 1 пучок свекольной ботвы, 8 клубней картофеля, 2 ст. ложки томата-пасты, 4 ст. ложки топленого масла, 1/2 моркови, 1/2 корня петрушки, 2 головки репчатого лука, 1/8 стебля лука-порея, 4 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка пшеничной муки; сахар, уксус, зелень и другие специи, соль по вкусу.

Морковь, петрушку, лук репчатый и порей очистить, помыть, нарезать в виде тонкой лапши и спассеровать на сливочном масле с томатом-пюре.

Грибы (шампиньоны, свежие или сухие белые грибы) хорошо промыть и отварить в подсоленной воде. Затем бульон из грибов отцедить в чистую посуду, а грибы нашинковать соломкой.

Ботву молодой свеклы промыть холодной водой, крупно нарезать и отварить в небольшом количестве подсоленного кипятка.

В кипящий грибной бульон опустить картофель, нарезанный дольками, дать вскипеть, добавить отваренные грибы, спассерованные с томатом, коренья и лук, отваренную ботву свеклы и дать покипеть 5 мин. В конце варки опустить поджаренную на сливочном масле пшеничную муку, разведенную водой, соль, перец, лавровый лист, сахар, уксус и зелень. Дать прокипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

При подаче положить в тарелки по ложке сметаны.

Грибной борщ с черносливом

Грибной борщ с черносливом приготовляется так же, как и мясной борщ, но только на грибном бульоне. Чернослив (200 г) нужно хорошо промыть и положить в овощи после окончания их тушения, залить грибным бульоном и варить 25–30 мин.

Грибные супы с мясом или на мясном бульоне

Грибной суп с крупой

250 г свежих, 100–125 г отваренных или 30–40 г сушеных грибов, 1 маленькая луковица, 1 ст. ложка жира или маргарина, 1 л бульона или воды, 2 ст. ложки ячневой крупы или риса, 2 картофелины, 1 соленый огурец или помидор, тмин, зеленый лук или зелень петрушки, соль.

Подготовленные грибы нарезать кусочками и тушить в жире или маргарине вместе с нарубленным луком. Промытую крупу сварить в воде или бульоне до полумягкости, затем прибавить нарезанный картофель, тушеные грибы и лук. За несколько минут до окончания варки в суп положить ломтики огурца или помидора, все вместе проварить, заправить.

Если суп варят на мясном бульоне, то в него можно положить и мясо.

Перед подачей к столу в тарелки с супом добавить сметану и посыпать зеленью.

Грибной суп с картофелем

250 г свежих, 100–125 г отваренных или 30–40 г сушеных грибов, 1 л мясного бульона или воды, 1 маленькая луковица, немного сельдерея, сливочное масло, морковь, 4–5 шт. картофеля, перец, 1/4 соленого огурца, 1 ст. ложка сметаны, зеленый лук, 1 ч. ложка пшеничной муки или 1 ст. ложка крупы, соль.

Подготовленные грибы мелко нарезать и тушить в небольшом количестве масла вместе с нарезанным луком, сельдереем и морковью до полной готовности. Картофель опустить в кипящую воду или бульон, отварить до мягкости. Затем добавить тушеные грибы и приправы, все вместе варить еще 10 мин. Незадолго до окончания варки положить нарезанный тонкими ломтиками соленый огурец.

Если надо, чтобы суп был более густым, в него добавляют также крупу или во время тушения грибы и овощи посыпают мукой.

При варке супа на воде берут 2 ст. ложки сливочного масла, если же готовят на мясном бульоне, то продукты можно тушить в жире от бульона.

При подаче к столу добавить в тарелки сметану и посыпать измельченной зеленью.

Суп с телятиной и грибами

800 г телятины, 20 шт. белых грибов или шампиньонов, 16 картофелин средней величины, 4 головки репчатого лука, 4 моркови, 500 мл кваса, 2 ст. ложки растительного масла, зелень сельдерея и петрушки, укроп, жгучий перец, соль.

Телятину промыть, опустить в холодную воду и варить на слабом огне. Через 30 мин посолить бульон, положить в него грибы и картофель и продолжать варить на слабом огне. До варки с шампиньонов нужно снять кожицу. Не делать это заранее. Шампиньоны нужно держать в холодной воде, чтобы они не потемнели.

Этот суп можно готовить не только со свежими, но и с сухими грибами. В этом случае грибы нужно обмыть теплой водой и предварительно замочить на 1–2 часа в холодной воде. Затем грибы вынуть и в этой воде сварить телятину.

Морковь и лук нашинковать и обжарить в растительном масле.

Когда картофель почти готов, можно засыпать в кастрюлю лапшу и варить суп еще 10–15 мин. Затем добавить квас и обжаренные морковь и лук. Еще 5-10 мин — и суп готов.

Перед подачей к столу суп посыпать мелко изрубленными зеленью петрушки, укропом, сельдереем и опустить в него острый перец.

Грибная солянка с мясом

300 г говяжьих костей, 1,25 л воды, 100 г мякоти говядины, 50 г постной ветчины, 50 г сосисок или сарделек, 200 г свежих или 30 г сушеных белых грибов, 1 ломтик сельдерея, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 небольшой соленый огурец, 1 ст. ложка томата-пюре или 2 свежих помидора, перец, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка каперсов, 1 ст. ложка маслин, 2 ст. ложки сметаны, 2–3 ломтика лимона, соль.

Из костей, мяса и кореньев сварить бульон, затем процедить его. Лук нашинковать и потушить в масле вместе с

подготовленными грибами и томатом-пюре. Суповое мясо, ветчину, сосиски или сардельки разрезать поперечными маленькими ломтиками. Соленый огурец очистить от кожуры, разрезать вдоль на 4 части, которые, в свою очередь, нарезать тонкими ломтиками. Более крупные семена удалить. Все продукты, за исключением сметаны и лимона, смешать с бульоном и варить 10–15 мин, затем сравнительно остро заправить.

При подаче к столу в суп добавить сметану и ломтики лимона. Сверху можно посыпать измельченной зеленью: зеленым луком, зеленью петрушки или укропом.

ОВОЩНЫЕ СУПЫ НА ВОДЕ, ОВОЩНЫХ БУЛЬОНАХ (ОТВАРАХ)

Овощные супы варят из одних овощей (без мясных или рыбных продуктов). В них кладут много кореньев и стараются по возможности разнообразить выбор овощей. Широко используются различные вкусовые добавки и приправы: томатные и пряные соусы, фруктовые и яблочные пюре. В готовые супы примешивают тертый сыр или посыпают его сверху, добавляют вареные яйца, клецки и другие богатые белками добавки, заменяющие мясо. Чтобы придать бульону мясной вкус, в него иногда кладут в конце варки бульонные кубики, глютаминат натрия или суповые концентраты (сухие супы в пачках). Соль в этом случае добавляется в самом конце варки.

Чтобы уменьшить потерю витаминов и минеральных солей, при варке супов следует соблюдать следующие правила:

Использовать только очень свежие овощи. Удалять попорченные или увядшие части. Проросший или сморщенный картофель в пищу не употреблять. Летом не делать запасов на несколько дней.

Не чистить и не мыть овощи задолго до употребления. Их нужно мыть быстро и не держать долго в воде.

Резать овощи следует как можно быстрее, чтобы они поменьше находились в контакте с воздухом, который разрушает витамины. Овощи, которые должны быть мелко нарезаны, рекомендуется предварительно отварить.

Доводить суп до кипения на сильном огне, в закрытой посуде. Не допускать переваривания овощей.

Варить на пару предпочтительно. При такой варке витамин С сохраняется полностью.

Соль кладется во все супы, чорбы и борщи с самого начала варки. Исключение составляют супы из бобовых, которые солят,

когда начинает лопаться кожица.

Лук, мелко нарезанный или натертый на терке, приготовляется немедленно, иначе он приобретает горький вкус.

Бульоны из овощей, прозрачные овощные супы

Бульон из овощей

1 л воды, 1 луковица, 1 морковь, 1/2 корня петрушки, кусочек корня сельдерея, 1 лук-порей, 3 горошины черного перца, пряные травы, соль.

В холодную воду положить целую луковицу вместе с кожурой и измельченные коренья. Морковь нарезать тоненькими ломтиками и подрумянить на сухом листе или на сковороде. Бульон варить на слабом огне под крышкой 1 час, время от времени снимая накапливающуюся в небольшом количестве пену. Соль и приправы положить за 10–15 мин до окончания варки. Бульон процедить через марлю или густое сито, подавать в чашках или тарелках с различными добавками.

Бульон из овощей с картофелем

2 моркови, 1 корешок петрушки, 1/2 репы, 2 головки репчатого лука, 1/4 стебля лука-порея, 10–12 клубней картофеля, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Морковь, петрушку, репчатый лук и репу очистить и разрезать вдоль на две равные половины, промыть и подпечь на плите. Затем овощи промыть, сварить в подсоленной воде с луком-пореем и процедить.

Молодой картофель очистить, промыть и сварить в подсоленной воде с веточками укропа и петрушки, процедить.

Оба бульона соединить, заправить сливочным маслом, довести до кипения.

При подаче к столу в тарелку положить 2–3 целые отваренные картофелины, залить бульоном и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

Бульон из овощей с брюссельской капустой

2 моркови, 1 петрушка, 1/4 репы, 1 головка репчатого лука, 10–12 кочешков брюссельской капусты, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 желток, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Морковь, петрушку, репчатый лук и репу очистить, разрезать вдоль на две половинки, подпечь на плите, промыть, добавить брюссельскую капусту и сварить в подсоленной воде. Бульон процедить, заправить взбитыми желтками со сливочным маслом и прогреть, не доводя до кипения. Кочешки брюссельской капусты уложить в тарелку, залить бульоном, посыпать мелко рубленной зеленью укропа и петрушки.

Бульон из овощей с домашней лапшой

Для бульона: 2 моркови, 1 петрушка, 2 головки лука, 1 желток, 1 ст. ложка сливочного масла.

Для домашней лапши: 1 стакан пшеничной муки высшего сорта, 1 яйцо.

Зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Морковь, петрушку и репчатый лук очистить, подпечь на плите, промыть и сварить в подсоленной воде. Бульон процедить, посолить, заправить взбитыми желтками со сливочным маслом, прогреть, не доводя до кипения. Приготовить лапшу: муку просеять, влить яйцо, воду. Тесто замесить, раскатать тонко, подсушить, а затем нарезать в виде соломки и отварить в подсоленной воде. Готовую лапшу откинуть на сито, дать стечь воде, разложить по тарелкам, залить бульоном, посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

Бульон из овощей с профитролями

Для бульона: см. рецепт «Бульон из овощей с домашней лапшой».

Для профитролей: 1/2 стакана пшеничной муки высшего сорта, 1 яйцо, 1/4 стакана молока.

Зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Приготовить бульон из овощей, как указано в рецепте

«Бульон из овощей с домашней лапшой», процедить, заправить солью, взбитыми желтками со сливочным маслом и прогреть, не доводя до кипения. Пока готовится бульон, приготовить профитроли. Просеять муку' переложить в тарелку, добавить сырое яйцо, молоко, соль и хорошо взбить вилкой, чтобы получилось вязкое тесто. Из пергаментной бумаги сделать кулек, наполнить его этим тестом, носок кулька срезать и на смазанный маслом лист выдавить маленькие шарики величиной с вишню. Выпечь в духовом шкафу в течение 10 мин. Перед подачей на стол в тарелки налить бульон, положить по 7-10 шт. профитролей, посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

Бульон из моркови и зеленого горошка

2 моркови, 1 стакан зеленого горошка, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 желтка, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Морковь очистить, промыть, нарезать мелко, отварить в подсоленной воде и процедить. Свежий зеленый горошек промыть, сварить до готовности и процедить. Оба отвара слить в одну посуду, заправить по вкусу солью. В отдельную посуду положить два сырых желтка, ложку сливочного масла, добавить 3–4 ст. ложки отвара, взбить вилкой, влить в отвар. Заправленный бульон прогреть, не доводя до кипения, и процедить.

При подаче к столу в тарелку положить 2 ст. ложки отваренного зеленого горошка, залить бульоном и посыпать рубленой зеленью укропа.

Бульон из кореньев с яйцом

2 моркови, 1 петрушка, 2 головки лука, 1/4 стебля лука-порея, 1 ст. ложка сливочного масла, 4 яйца, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Морковь, петрушку и репчатый лук очистить, промыть, разрезать вдоль на две части, подпечь на плите. Затем промыть, положить в кастрюлю, добавить очищенные, промытые, мелко нарезанные морковь, лук-порей, петрушку, залить водой, посолить и сварить до готовности. Бульон процедить, добавить сливочное масло. Яйца отварить, разрезать вдоль на 2 половинки.

При подаче к столу в тарелку положить 2 половинки яйца, залить бульоном и посыпать рубленой зеленью укропа и

петрушки.

Бульон из кореньев с клецками

2 моркови, 1 петрушка, 2 головки репчатого лука, 1/4 стебля лука-порея, 1/2 репы, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Для клецек: 1 яйцо, 1 ст. ложка сливочного масла, 1/2 стакана манной крупы.

Приготовить бульон, как указано в рецепте «Бульон из овощей с картофелем», процедить, заправить сливочным маслом, солью и прогреть, не доводя до кипения. Приготовить манные клецки: в тарелку влить яйцо, добавить сливочное масло, растереть ложкой, а затем, всыпая тонкой струей манную крупу, растереть, посыпать солью, хорошо вымешать и дать постоять 15–20 мин. Затем чайной ложкой брать полученное тесто и опускать в кипящую подсоленную воду. Когда вода закипит и клецки всплывут на поверхность, кастрюлю сдвинуть на край плиты. При подаче на стол шумовкой вынуть клецки из воды, положить на тарелку, залить бульоном, посыпать мелко рубленной зеленью укропа и петрушки.

Прозрачный суп из овощей

2 моркови, 2 корня пастернака, 1 ломтик корня сельдерея, 1 корень петрушки, 2 головки репчатого лука, 1/4 кочана белокочанной капусты, 4 шт. картофеля, немного нелущеного горошка, немного стручковой фасоли, 1 небольшой кабачок, 1 стручок зеленого сладкого перца, 3–4 помидора, соль.

Очистить овощи и нарезать большими кусками. Варить в подсоленном кипятке, из расчета 1/2 л воды на человека, поскольку вода наполовину выкипит и супа останется по тарелке на каждого. Когда овощи сварятся до готовности, процедить отвар, который должен быть прозрачным.

Такой суп можно подавать с гренками или клецками, засыпать манной крупой и др. Оставшиеся от варки супа овощи можно подавать горячими (со сливочным маслом или сметаной) или холодными (с майонезом или соусом из растительного масла с лимонным соком).

Щи вегетарианские

Свежие щи вегетарианские

Щи из свежей капусты

1/2 кочана капусты, 4 ст. ложки сливочного масла, 1 небольшая морковь, 1/2 стебля петрушки, 2 луковицы, 1 ст. ложка томата-пюре, 4 ст. ложки сметаны, 6–7 картофелин, 1 ст. ложка пшеничной муки; перец, зелень и соль по вкусу.

Очищенные и вымытые морковь, петрушку, сельдерей и лук нарезать, подсушить, подпечь на плите, сполоснуть в воде, затем положить в посуду, залить 2 л воды, добавить соль и сварить на медленном огне. Через дуршлаг отделить отвар от густой части.

Густую часть (морковь, петрушку, лук) нарезать в виде соломки и спассеровать на топленом масле в смеси с растительным и небольшим количеством томата-пюре или свежего сока помидоров.

Отвар слить в чистую посуду, дать вскипеть, добавить нарезанный дольками картофель, нашинкованную соломкой свежую капусту и дать покипеть 5 мин. Затем опустить пассерованные морковь, петрушку и лук, дать вскипеть. Влить разведенную мучную пассеровку, дать прокипеть еще 5 мин. Заправить по вкусу солью, уксусом, добавить перец, лавровый лист, укроп и петрушку и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Щи по-польски

1/4 кочана белокочанной капусты, 4 ст. ложки сливочного масла, 5–6 свежих помидоров, по 1 моркови и петрушки, 2 головки репчатого лука, 4 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 л воды; перец, сахар, соль по вкусу.

Морковь, петрушку, репчатый лук нашинковать в виде лапши, положить в посуду, добавить горячую воду и варить 10–15 мин. Свежую капусту помыть, нашинковать, положить в сотейник, добавить сливочное масло, немного воды и тушить до мягкости,

Затем переложить ее в кастрюлю с овощами, добавить нарезанные ломтиками свежие помидоры, дать прокипеть.

Муку размешать со сметаной и влить тонкой струей в щи, помешивая, чтобы не образовались комки, размешать, дать вскипеть и сдвинуть на край плиты. Заправить по вкусу солью, сахаром.

При подаче к столу в тарелку влить щи, добавить 1 ложку сметаны и немного зелени.

Свежие щи с макаронами

300-400 г свежей капусты, 40–50 г макарон или макаронных изделий, 1 луковица, 1 морковь, кусочек корня сельдерея или петрушки, 2 ст. ложки маргарина или сливочного масла, 1 л воды, 1 ст. ложка томатной пасты, 3 яйца, зелень, душистый перец или пряные травы, соль.

Свежую капусту нашинковать, положить вместе с макаронами в кипящую подсоленную воду и варить на слабом огне до полуготовности. Затем добавить рубленые, обжаренные в масле лук, морковь и петрушку и варить до готовности. Незадолго до окончания варки посыпать суп перцем или измельченными пряными травами, можно также добавить томатную пасту.

В готовый суп положить нарезанные пополам или четвертинками крутые яйца, посыпать зеленью.

Уральские щи с перловой крупой

Белокочанная капуста, 1/2 стакана перловой крупы, 5–6 клубней картофеля, 1/2 моркови, 1/2 петрушки, 2 головки репчатого лука, 4 ст. ложки топленого масла, 4 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка томата-пюре, 2 л воды; перец, чеснок, зелень и соль по вкусу.

Готовить так же, как щи из квашеной капусты с грибами, только вместо грибов взять х/2 стакана перловой крупы, сварить и положить ее в щи в конце варки вместе с отваром.

Перед подачей к столу щи заправить тертым чесноком и сметаной.

Кислые щи вегетарианские

Щи из квашеной капусты

600 г квашеной капусты, 1,6 л воды, 80 г моркови, 20 г корня петрушки, 100 г репчатого лука, 20 г пшеничной муки, 100 г томата-пюре, 40 г сливочного или растительного масла, 40 г сметаны, 20 г зелени, лавровый лист, душистый перец, соль по вкусу.

Квашеную капусту отжать, очень кислую промыть в холодной воде и также отжать. Положить в кастрюлю, добавить жир, томат-пюре (60 г), сахар, немного воды, чтобы капуста не пригорела, и, закрыв кастрюлю крышкой, тушить сначала на сильном, а затем на слабом огне в течение 1 часа, изредка помешивая.

Коренья и лук нарезать кубиками, спассеровать с жиром, оставшимся томатом-пюре и добавить в капусту за 10–15 мин до окончания тушения.

В кипящую воду положить подготовленную капусту с кореньями и луком и варить 20–30 мин. Перед окончанием варки прибавить соль, лавровый лист, перец, белый соус (пассерованную муку развести водой).

При подаче к столу в тарелку добавить сметану и зелень.

Щи кислые постные

500 г квашеной капусты, 1 л воды, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1–2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, по 1 ст. ложке томатной пасты и муки, 4 зубчика чеснока, соль.

Капусту мелко нарубить, морковь, корень петрушки, лук нарезать и слегка обжарить на растительном масле, не допуская изменения цвета и непрерывно помешивая. Затем к кореньям добавить томат и еще раз обжарить (можно готовить щи и без томата). Капусту положить в кастрюлю, добавить растительное масло, тушить около часа, добавить обваренные коренья и все тушить еще около 30 мин. Муку прогреть на сковороде, помешивая лопаточкой, развести небольшим количеством воды, добавить в щи заправить их толченым чесноком и кипятить 5–

7 мин.

При подаче посыпать зеленью.

Зеленые щи вегетарианские

Щи из щавеля

1 пучок щавеля, 2 л воды, 5–6 клубней картофеля, 2 моркови, 2 петрушки, зеленые перья от 2 молодых луковиц, 4 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана молока, 5 яиц, перец, уксус, зелень, соль по вкусу.

Морковь, петрушку и лук (ранние) нарезать соломкой и опустить в кипящую воду. Как только закипит, опустить нарезанный дольками картофель и дать покипеть 10 мин. В это время перебранный щавель промыть, нарезать в виде лапши и припустить в небольшом количестве воды, положить его в щи, дать вскипеть. Заправить по вкусу солью, перцем, добавить зелень укропа и петрушки, немного лимонной кислоты и кастрюлю сдвинуть на край плиты. Яичные желтки влить в посуду, добавить немного молока и взбить вилкой, затем влить тонкой струей в щи, помешивая, чтобы не образовались хлопья.

При подаче к столу в тарелку положить отваренные вкрутую яйца, налить щи, добавить 1 ложку сметаны и посыпать зеленью укропа и петрушки.

Деревенские щи из щавеля

400 г щавеля, 6 картофелин, 3 луковицы, 80 г сливочного масла, 1 петрушка, 4 ст. ложки сметаны, 2 л воды, укроп и соль по вкусу.

Очистить картофель, отварить его целыми клубнями, остудить. Отвар процедить.

Нарезать листья щавеля, добавить нашинкованный лук, петрушку, масло, немного отвара и тушить 5–7 мин.

Отварной картофель нарезать кубиками, смешать со щавелем, залить горячим отваром, довести до кипения и варить еще несколько минут.

При подаче положить в тарелки сметану, зелень укропа.

Эти щи особенно вкусны, если варить их в чугунном горшке в духовке.

Щи из шпината и щавеля с картофелем

600 г шпината, 250 г щавеля, 60 г корня петрушки, 60 г репчатого лука, 60 г зеленого лука, 300 г картофеля, 40 г сливочного масла или маргарина, 60 г сметаны, 20 г зелени, 1,4 л воды; лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Перебрать и промыть щавель и шпинат, припустить их отдельно, добавив в шпинат небольшое количество жидкости. Протереть зелень или пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Нарезать репчатый лук и петрушку кубиками, спассеровать на масле, за 2–3 мин до окончания пассерования добавить мелко нарезанный зеленый лук.

В кипящую воду положить нарезанный ломтиками картофель, пассерованные коренья, через 10–15 мин добавить протертую зелень, различные специи, соль и варить до готовности.

Зеленые щи подавать со сметаной и зеленью; можно добавить яйца, сваренные вкрутую.

Зеленые щи из крапивы

300 г молодой крапивы, 100 г щавеля. 10 г моркови, 10 г петрушки, 40 г репчатого лука, 30 г зеленого лука, 10 г пшеничной муки, 20 г сливочного масла, 1 яйцо, 30 г сметаны; лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Подготовленную молодую крапиву промыть, отварить в воде в течение 3 мин, откинуть на сито, пропустить через мясорубку и тушить с маслом 10–15 мин. Мелко нарезанные морковь, петрушку, лук пассеровать на масле.

В кипящую воду положить крапиву, пассерованные овощи, зеленый лук и варить 20–25 мин. За 10 мин до готовности добавить белый соус, лавровый лист, перец, гвоздику, щавель.

Подавать со сметаной. Можно добавить сваренные вкрутую яйца.

Зеленые щи с картофелем

250 г молодой крапивы, 120 г щавеля, 250 г картофеля, 10 г моркови, 80 г репчатого лука, 20 г сливочного масла, 1 яйцо, 20 г сметаны.

Перебранную и промытую крапиву положить на 2 мин в кипящую воду, откинуть на сито, мелко порубить и тушить с маслом 10 мин. Морковь и лук измельчить и пассеровать. В кипящий бульон опустить картофель, дать закипеть, прибавить крапиву, морковь, лук и варить до готовности.

Подавать со сметаной и нарезанным дольками сваренным вкрутую яйцом.

Зеленые щи с томатом

200 г крапивы, 200 г щавеля, 300 г картофеля, 40 г риса, 40 г маргарина, 50 г сметаны, 60 г томатного пюре, 60 г моркови, 30 г петрушки, 60 г репчатого лука, 2 яйца, 900 мл воды, лавровый лист, перец, соль.

Припущенную крапиву растереть в пюре, положить в кипящую воду, довести до кипения, затем добавить нарезанный щавель, картофель кубиками, рис, пассерованные коренья и репчатый лук. томат-пюре, лавровый лист, специи. При подаче добавить рубленые вареные яйца и сметану.

Зеленые щи с кислицей

200 г кислицы, 500 г картофеля, 200 г репчатого лука, 40 г пшеничной муки, 40 г сливочного масла, 1 яйцо, 40 г сметаны; лавровый лист, перец, соль по вкусу.

В кипящую воду положить нарезанный картофель, через 15 мин — пассерованный лук, затем кислицу и

варить еще 15 мин. За 5-10 мин до окончания варки добавить соль, перец, лавровый лист.

В тарелки со щами положить дольки вареного яйца и сметану.

Борщи овощные

Борщи со свежей капустой

Борщ с тушеной свеклой

400 г свеклы, 350 г белокочанной капусты, 100 г моркови, 25 г корня петрушки, 100 г репчатого лука, 75 г томата-пюре, 25 г жира, 50 г сахара, 50 мл 3 %-ного уксуса, соль, 2 л воды.

В кастрюлю с кипящей водой положить свежую шинкованную капусту, довести до кипения, добавить тушеную свеклу, пассерованные коренья и лук и варить борщ 20–30 мин. За 5-10 мин до окончания варки заправить солью, уксусом, сахаром, положить лавровый лист, перец.

Перед подачей борщ можно подкрасить свекольным настоем. Для его приготовления свеклу следует мелко нарезать или натереть на терке, положить в кастрюлю с горячим бульоном (50 г свеклы на 100 мл бульона), добавить уксус или лимонную кислоту, довести до кипения. Затем настоять около получаса и процедить.

Борщ с вареной свеклой

1 вареная свекла, 200 г шинкованной белокочанной капусты, 1 крупная луковица, 1 лук-порей, 1 корень петрушки, кусочек сельдерея, 2 ст. ложки растительного или сливочного масла, 1 морковь, 1 лавровый лист, 2 ст. ложки столового уксуса или яблочного пюре, майоран, тмин, 1 можжевеловая ягода, 2 бульонных кубика, зелень петрушки, сметана, сваренные вкрутую яйца или сосиски, соль, 1 л воды.

Репчатый лук, лук-порей, петрушку и сельдерей обжарить в растительном или сливочном масле. Капусту и морковь варить до полуготовности, затем добавить обжаренные коренья, лавровый лист, толченый тмин и можжевеловую ягоду. Через 10–15 мин положить в суп нарезанную соломкой вареную свеклу и уксус или яблочное пюре. Довести до кипения, посолить и заправить.

Готовый суп посыпать рубленой зеленью петрушки. В тарелки можно положить нарезанные дольками сваренные вкрутую яйца или тонкие кружочки сосисок.

Борщ с тушеными овощами

300 г свеклы, 200 г свежей капусты, 100 г моркови, 50 г петрушки, 2 большие луковицы, 500 г помидоров, 3 картофелины, 100 г топленого масла, 100 г сметаны, 2 ст. ложки рубленой зелени, 4–5 зубчиков чеснока, 2 лавровых листа, 2 стручка сладкого перца, перец и соль по вкусу.

Лук, свеклу, морковь, петрушку, 1 стручок перца, помидоры мелко нарезать, сложить в кастрюлю, туда же положить все масло, посолить и поставить тушить на небольшой огонь, помешивая, чтобы овощи не подгорели. Тушить до тех пор, пока овощи не станут мягкими и сок не выпарится. Тогда влить 10 тарелок воды, прокипятить примерно 30 мин, добавить капусту, нарезанную кубиками, и 3 цельные очищенные картофелины. Когда картофель сварится, борщ готов. Погасить огонь, всыпать в борщ мелко нарезанный стручок перца, рубленую петрушку, чеснок и лавровый лист.

Подавать со сметаной.

Борщ с простоквашей

1 свекла, 1/4 небольшого кочана капусты, 1–2 моркови, V2 корешка сельдерея, 250 г стручковой фасоли, 3–4 клубня картофеля, 1 луковица, 1 неполная кофейная чашечка жира, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ч. ложка сладкого молотого красного перца, 2–3 помидора, 1 стакан простокваши, 1–2 яйца, тертый сыр у черный молотый перец, соль.

Очистить и нарезать кубиками морковь и сельдерей. Мелко нарезать стручковую фасоль и капусту. Положить нарезанные овощи в кипящую подсоленную воду, довести до мягкости и опустить нарезанный кубиками картофель. Обжарить мелко нарезанную головку репчатого лука на жире, прибавить муку,

затем сладкий молотый красный перец и помидоры, очищенные и измельченные на крупной терке. Соединить все с овощами. Отдельно сварить свеклу средних размеров, нарезать кубиками и прибавить к борщу непосредственно перед тем, как снять его с огня. (Вместо того чтобы варить нарезанную кубиками свеклу, ее можно слегка обжарить в небольшом количестве жира, а затем сварить с остальными овощами). Заправить борщ стаканом простокваши и яйцами.

Перед подачей посыпать тертым сыром и черным перцем.

Борщ с майонезом

400 г свеклы, 300 г белокочанной капусты, 100 г моркови, 100 г сладкого перца, 1 л бульона, ароматические добавки (листья земляники, черники, яблони), 100 г майонеза, специи и соль по вкусу.

Свеклу, морковь, капусту, сладкий перец мелко нашинковать, положить все в кипящий бульон и довести до кипения. Добавить листья земляники, черники, яблони, специи, соль и варить до готовности. Дать настояться 10–15 мин под крышкой.

Подавать с майонезом.

Крестьянский борщ

1,5 л воды, 1,5 стакана хлебного кваса, 1/5 кочана капусты, 1/2 клубня свеклы, 1/2 клубня репы, по 1/2 моркови и петрушки, 1 головка репчатого лука, 1/5 стебля лука-порея, 6–8 клубней картофеля, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сметаны; сахар, перец, лавровый лист, зелень и соль по вкусу.

Свеклу очистить, помыть, нашинковать в виде соломки и стушить на масле и хлебном квасе до готовности.

Белокочанную капусту, репу, морковь, петрушку, лук-порей и лук репчатый очистить, помыть, нарезать соломкой, опустить в кипяток, дать покипеть 10 мин. Затем положить картофель, нарезанный дольками, дать вскипеть, влить 1 стакан хлебного кваса, добавить тушеную свеклу, соль, сахар, лавровый лист, перец. Дать прокипеть 5 мин, затем кастрюлю сдвинуть на край

плиты.

При подаче заправить сметаной, размешать, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Борщ с ревенем и фасолью

300 г свеклы, 300 г белокочанной капусты, 300 г картофеля, 120 г репчатого лука, 100 г моркови, 60 г сладкого перца, 80 г отваренной фасоли, 150 мл сока ревеня, 50 г растительного масла, 40 г томата-пюре, 50 г сметаны, 20 г зеленого лука, укроп.

В кипящую воду положить нашинкованную капусту и нарезанный дольками картофель. Через 12–15 мин после закипания добавить отдельно отваренную фасоль с отваром, мелко нарезанный сладкий перец и борщевую заправку, приготовленную из лука, моркови, свеклы, поджаренных, а затем потушенных с томатом-пюре и небольшим количеством воды и сока ревеня. Кипятить 12–15 мин, добавить перец, лавровый лист, соль.

Подавать со сметаной, мелко нарезанным укропом и зеленым луком.

Борщ с кукурузой

1 кг свежей кукурузы или 300 г вареных консервированных зерен, 500 г свеклы, 400 г белокочанной капусты, 100 г моркови, 120 г репчатого лука, 75 г томата-пюре, 60 г сливочного маргарина или свиного сала, 40 мл (2 ст. ложки) 3 %-ного уксуса, 80 г сметаны, 2–2,5л воды, 15 г сахара, 25 г укропа, 3 лавровых листа, 6 горошин душистого перца, соль по вкусу.

Хорошо вымытую свеклу запечь в духовке или отварить. Отварить очищенные початки кукурузы. Морковь и репчатый лук нарезать соломкой, обжарить на жире 6–8 мин, добавить томат-пюре и поджаривать еще в течение 4–5 мин. Свеклу очистить, нарезать соломкой, соединить с обжаренными овощами, влить немного воды, накрыть крышкой и тушить. Капусту нашинковать

соломкой и положить в кипящий отвар кукурузы. Через 12–15 мин положить туда же тушеные овощи, лавровый лист, душистый перец горошком, зерна отваренной кукурузы, уксус, соль, сахар и варить до готовности.

Подавать со сметаной и мелко нарезанным укропом.

Готовый борщ можно заправить свекольной подкраской, добавить по вкусу уксус, соль и сахар.

Если борщ приготовляется с квашеной капустой, то ее необходимо предварительно тушить до готовности.

Борщ с кукурузой можно приготовить также на мясном и костном бульонах и добавить в него сосиски, ветчину и копченую грудинку.

Борщ полтавский (с галушками)

1/3 головки свеклы, 1,5 л воды, 1/4 кочана капусты, 5–8 клубней картофеля, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 головки репчатого лука, 4 ст. ложки сметаны, 1/2 моркови, 1/2 петрушки, 1/2 сельдерея, сахар, уксус, соль и другие специи по вкусу.

Для галушек: 1/2 стакана воды, 6 ст. ложек пшеничной муки, 1 яйцо.

Лук, морковь, петрушку и сельдерей очистить, вымыть, нарезать в виде соломки и спассеровать на сливочном масле. Свеклу очистить, нарезать соломкой, положить в сотейник, добавить 1 ст. ложку сливочного масла, 2 ст. ложки уксуса, 1 ч. ложку сахара, 2 ст. ложки воды и стушить до готовности.

В кипящую воду опустить капусту, нарезанную в виде лапши, затем — картофель, нарезанный дольками, и дать вскипеть. Затем опустить пассерованные лук, морковь, петрушку и сельдерей, тушеную свеклу, дать вскипеть, опустить галушки полтавские из пшеничной муки, дать вскипеть, заправить по вкусу солью, перцем, сахаром, зеленью, влить сметану и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Приготовление галушек: 1/2 стакана воды довести до кипения и всыпать 2 ст. ложки муки, хорошо размешать, затем заваренную муку выложить в глубокую тарелку, охладить, добавить 4 ст. ложки муки, 1 яйцо и хорошо растереть ложкой, чтобы получилось густое тесто. Готовое тесто брать ложкой, опускать в кипящий борщ и варить, пока галушки всплывут (5–

7 мин).

При подаче в тарелку налить борщ так, чтобы равномерно были все овощи, галушки и картофель, добавить 1 ст. ложку сметаны, посыпать зеленью укропа.

Борщ черниговский (с фасолью)

3 свеклы, 500 г белокочанной капусты, 20 г фасоли, 3 картофелины, 50 г кабачков, 1 помидор, 1 яблоко, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 20 г томата-пюре, 40 г свиного сала, 40 г сметаны, 1,5 л воды.

Фасоль сварить отдельно до готовности (в небольшом количестве воды).

Свеклу нарезать соломкой и потушить с добавлением масла, томата-пюре, соли, сахара, уксуса до готовности. Коренья и лук, нарезанные соломкой, спассеровать.

В кипящую воду (1,5 л) положить капусту, затем картофель, нарезанный кубиками, добавить тушеную свеклу, пассерованные коренья и лук, незадолго до окончания варки добавить нарезанные ломтиками или дольками кабачки, помидоры, яблоки. В готовый борщ положить фасоль с отваром, дать прокипеть.

Подавать борщ со сметаной.

Борщ украинский вегетарианский

400 г свеклы, 300–400 г белокочанной капусты, 2–3 свежих помидора, 2–3 луковицы, 2–3 моркови, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка пшеничной муки, 4–5 картофелин, растительное или сливочное масло, перец, веточки черной смородины, уксус или лимонная кислота, соль по вкусу.

Свеклу обмыть, очистить, нарезать соломкой, положить на сковороду с разогретым растительным или сливочным маслом и, помешивая, пассеровать на умеренном огне 10 мин. После этого налить воды до половины уровня свеклы, накрыть крышкой и, периодически помешивая, тушить 45–50 мин. Затем добавить протертые на терке свежие помидоры или разведенную водой

томат-пасту и тушить еще 10 мин.

Нарезать репчатый лук полукольцами, морковь и петрушку — соломкой. Положить их на сковороду с разогретым маслом и на умеренном огне, помешивая, пассеровать 15 мин.

Пшеничную муку высыпать на сковороду с разогретым маслом и, помешивая, пассеровать до светло-желтого цвета, а затем развести небольшим количеством горячей воды.

В сковороду с тушеной свеклой переложить тушеные корнеплоды, добавить по вкусу сахар, перемешать и тушить еще 10 мин. В кастрюлю налить 2–2,5 л воды, поставить на огонь, довести до кипения, опустить нашинкованную соломкой свежую капусту, веточки и листья черной смородины и варить 5 мин. Добавить очищенную, промытую и нарезанную дольками картошку, варить еще 10 мин. После этого добавить тушеные овощи с томатом-пастой, дать вскипеть, влить разведенную водой пассерованную муку, добавить по вкусу соль, перец горошком, уксус или лимонную кислоту и при слабом кипении варить еще 20 мин.

Борщ с черносливом

150 г свеклы, 200 г свежей белокочанной капусты, по 1 корню петрушки и сельдерея, 20 г томата-пюре, 1 маленькая луковица, 25 мл уксуса, 200 г чернослива, 80 г растительного масла, 40 г сметаны, 700 мл воды, лавровый лист, перец, соль.

Капусту и очищенную свеклу нашинковать. Петрушку, сельдерей, лук репчатый очистить, нашинковать и положить в кастрюлю. Добавить свеклу, капусту, растительное масло, немного воды, томат-пюре, закрыть крышкой и тушить на слабом огне до мягкости. Тушеные овощи залить холодной водой, добавить соль, перец, лавровый лист, уксус, перемешать и довести до кипения. Чернослив промыть и поставить варить отдельно на 15–20 мин. Отвар от чернослива влить в борщ, а чернослив положить в тарелки с борщом перед подачей.

Подавать со сметаной.

Ялтинский борщ

1/5 свеклы, 1/4 кочана капусты, 6–8 клубней картофеля, 1/5 репы, по 1/2 моркови, петрушки, сельдерея, 2 головки репчатого лука, 10 красных помидоров, 1 ст. ложка муки высшего сорта, 4 ст. ложки сметаны, 4 ст. ложки топленого масла; сахар, перец, чеснок и соль по вкусу.

Свеклу, репу, сельдерей, петрушку и лук очистить, помыть, нарезать соломкой, сложить в сотейник, добавить топленое масло, немного воды и тушить на слабом огне. В конце тушения добавить протертые помидоры, потушить еще 10–15 мин.

В кипящую воду опустить капусту, нарезанную крупными ломтями, очищенный картофель целыми клубнями, дать закипеть, добавить тушеные свеклу, репу, сельдерей, петрушку и лук, прокипятить 5 мин.

Муку развести сметаной, влить в борщ, помешивая, дать прокипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты. Заправить по вкусу солью, сахаром, добавить перец, лавровый лист, несколько ломтиков красных помидоров и зелень укропа и петрушки. Дать настояться.

При подаче к столу положить в тарелку ложку сметаны и немного рубленого чеснока.

Постный борщ «Южный»

700 г свеклы, 200 г свежей капусты, 200 г моркови, 50 г корня петрушки, 150 г репчатого лука, 700–800 г помидоров или 1 ст. ложка (с верхом) томатной пасты, 3–4 крупные картофелины, 1/2 стакана подсолнечного масла, 5 стручков сладкого зеленого перца, 8 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 1 головка чеснока, соль по вкусу.

Лук, свеклу, морковь, петрушку, 3 стручка зеленого перца нашинковать, сложить в кастрюлю, залить помидорами, пропущенными через мясорубку, и подсолнечным маслом. Посолить, добавить лавровый лист и перец горошком. Поставить тушить под крышкой на тихий огонь.

Когда весь сок выпарится и останется красное масло, влить 3 л воды, дать покипеть примерно 20 мин, положить капусту.

Картофель сварить целиком в отдельной кастрюльке и

готовый добавить в борщ, когда капуста уже сварится. Сырой картофель нельзя варить в этом борще, так как из-за помидоров он будет твердым.

Готовый борщ заправить растертым с солью чесноком, мелко нарезанными стручками зеленого перца и зеленью петрушки. Дать настояться 20 мин и подавать.

Борщ польский

1 головка свеклы, 1 морковь, по 1 стеблю петрушки и сельдерея, 2 головки репчатого лука, 3 ст. ложки томата-пасты, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки пшеничной муки, остальные продукты по вкусу.

Свеклу очистить, промыть и нарезать соломкой. Уложить в сотейник, влить 1 ст. ложку растопленного масла, 1–2 ст. ложки винного уксуса и тушить на медленном огне. В конце тушения положить перец и лавровый лист.

Кожуру свеклы промыть, уложить в отдельную посуду, добавить воду и уксус и, не доводя до кипения, проварить 30–40 мин.

Морковь, петрушку и репчатый лук нарезать соломкой, сложить в сотейник, добавить 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки томата-пюре и тушить до готовности.

В кипящую воду (1,5 л) опустить стушенные морковь, лук, петрушку и сельдерей, дать вскипеть, опустить тушеную свеклу, мучную пассеровку, разведенную водой, дать вскипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты. Борщ заправить сметаной, солью, сахаром, свекольным настоем.

При подаче посыпать борщ зеленью укропа.

Летний борщ

500 г свеклы с ботвой, 400 г картофеля, 100 г моркови, 50 г корня петрушки, 100 г лука-порея или репчатого, 250 г кабачков, 200 г помидоров или 75 г томата-пюре, 50 г сливочного масла, 25 г 3 %-ного уксуса, 50 г сметаны, 25 г зелени, 2 л воды или отвара, лавровый лист, перец и соль по вкусу.

Подготовленные коренья и лук нарезать ломтиками, черешки свеклы кусочками, все спассеровать с маслом.

Промытые листья свеклы разрезать на части. Кабачки и картофель очистить, нарезать ломтиками.

В кипящую воду или овощной отвар положить пассерованные овощи, довести до кипения, добавить листья свеклы, картофель, варить 15–20 мин. За 8-10 мин до окончания варки положить нарезанные кабачки, помидоры, уксус, лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Подавать со сметаной и измельченной зеленью петрушки и укропа.

Борщ из свеклы и крапивы

500 г свеклы, 100 г моркови, 200 г крапивы, 100 г репчатого лука, 40 г растительного масла, 1,4 л воды, 50 г майонеза, 40 г сметаны, 20 г укропа, 40 мл свекольного уксуса, молотый перец, соль по вкусу.

Свеклу, морковь, репчатый лук нашинковать соломкой, добавить растительное масло, свекольный уксус, влить немного воды и тушить 5–6 мин. К овощам добавить оставшуюся воду, рубленую крапиву, соль, молотый перец и довести борщ до кипения. Дать настояться 10–15 мин.

Подавать борщ с майонезом, смешанным со сметаной и укропом.

Борщок из молодого свекольника

800 г молодого свекольника, 2–3 красные свеклы, 1 ст. ложка масла, 100 г сметаны, зелень петрушки и укропа, соль.

Молодую свекольную ботву (свекольник) промыть, нарезать мелкими кусочками, разварить в подсоленной воде, добавить натертую на крупной или средней терке красную свеклу, масло, сметану, посолить и все довести до готовности.

Борщок подать к столу в чашках, посыпав мелко рубленной зеленью петрушки и укропа.

Борщ зеленый

1 молодая свекла, 1 пучок щавеля, 1 пучок шпината, 1,5 л воды, 6–8 клубней картофеля, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 яйца, 1/2 моркови, 1/2 корня петрушки, 4 ст. ложки сметаны, 1 головка лука, 2 ст. ложки риса, уксус, перец, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Щавель, шпинат и ботву молодой свеклы перебрать, удалить стебли, промыть в холодной воде, обдать кипятком и мелко нарезать.

В кипящую воду опустить промытый рис, картофель, нарезанный дольками, дать прокипеть. Затем опустить подготовленную зелень, мелко нарезанную молодую свеклу и проварить 5–7 мин. В конце варки опустить ные лук, морковь, петрушку, нарезанные в виде соломки, дать прокипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Заправить по вкусу солью, перцем, кислотой.

Сырое яйцо со сметаной взбить, развести борщом и, помешивая, соединить с зеленым бортом.

При подаче к столу в тарелку с борщом положить очищенное сваренное вкрутую яйцо, ложку сметаны и рубленую зелень укропа и петрушки.

Борщи с квашеной капустой

Борщ из квашеной капусты

1/2 свеклы, 2 стакана квашеной капусты, 5–6 клубней картофеля, 1/2 моркови, по 1/2 петрушки и сельдерея, 2 головки репчатого лука, 4 ст. ложки сливочного масла, 84 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложка пшеничной муки или 1 стакан отваренной фасоли, перец, лавровый лист, зелень, сахар, соль по вкусу.

Квашеную капусту перебрать, отжать излишний рассол, уложить в сотейник, подлить 2 ст. ложки растопленного масла, 1 ст. ложку воды, добавить 1 ст. ложку сахара и тушить, непрерывно помешивая и подливая воду.

В кипящую воду (1,5 л) опустить пассерованные, нарезанные соломкой морковь, петрушку, сельдерей и лук, дать прокипеть, опустить картофель, нарезанный дольками, проварить 5–7 мин. Опустить тушеные свеклу и капусту и на медленном огне варить 10 мин.

Заправить мучной пассеровкой, разведенной водой, дать прокипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты. Затем положить сметану, соль, перец, сахар, лавровый лист, зелень укропа и петрушки.

Борщ из квашеной капусты можно готовить с фасолью. Тогда надо в конце варки добавить в него отваренную фасоль с отваром, мучную пассеровку при этом исключить.

Борщ из квашеной капусты с фасолью

1/2 свеклы, 1/4 кочана квашеной капусты, 1 стакан фасоли, 5–6 картофелин, по 4 ст. ложки сливочного масла и сметаны, 2 ст. ложки томата и уксуса, 1/2 моркови, 1/2 петрушки, 2 луковицы, 1 ст. ложка растительного масла, 1,5 л воды; сахар, перец, лавровый лист, зелень, соль по вкусу.

Белую фасоль промыть в нескольких водах, залить холодной водой на 4–5 часов. Затем воду слить, фасоль хорошо промыть, положить в чистую посуду, залить свежей водой и варить до готовности.

Отвар фасоли слить в чистую посуду, дать вскипеть, опустить картофель, нарезанный дольками, дать закипеть, затем опустить пассерованный на топленом и растительном масле репчатый лук, морковь, петрушку, нарезанные в виде соломки, добавить нарезанную соломкой тушеную свеклу, тушеную капусту и кипятить 5 мин.

В борщ положить отваренную фасоль, добавить по вкусу соль, сахар, перец, лавровый лист и зелень. Когда борщ закипит, сдвинуть кастрюлю на край плиты.

Подавая к столу, в тарелку с борщом положить ложку сметаны, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Рассольники, солянки овощные

Овощной рассольник

3-4 соленых огурца, 1 картофелина, 1 морковь, 1 репа, 3 ст. ложки гречневой или рисовой крупы, 1 пастернак (корень и зелень), 2 головки репчатого лука, 1 лук-порей, 1 петрушка, 1 сельдерей (корень и зелень), 8 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка укропа, 1/2 ст. ложки эстрагона, 25 г сливочного масла, 100 г сметаны.

Крупу промыть холодной водой, залить кипятком в сотейнике и поставить распариваться на 30–45 мин, меняя кипяток.

С огурцов срезать кожицу, залить ее 1–1,5 стакана кипятка и прокипятить на медленном огне 10–15 мин. Отбросить вываривщуюся кожицу, а в рассол опустить мякоть огурцов, разрезанных вдоль на 4 части, а затем поперек на мелкие дольки, припустить еще в течение 10 мин.

Вскипятить 1,5 л волы, опустить в кипяток нарезанные соломкой коренья (морковь, петрушку, сельдерей), подготовленную крупу, через 10–15 мин — картофель, мелко нарезанный лук и варить до готовности картофеля на умеренном огне. Затем добавить отваренные огурцы, попробовать, достаточно ли соленый бульон, долить, если надо, рассол или подсолить, ввести пряности и продолжать варить еще 10–15 мин, после чего заправить пряной зеленью и поварить еще 3 мин. Сметану добавить при подаче на стол.

Рассольник с фасолью

2 соленых огурца, 1 стакан фасоли, 1/2 корня моркови, петрушки, ломтик сельдерея, 2 головки репчатого лука, 4–5 клубней картофеля, 4 ст. ложки топленого масла, 4 ст. ложки сметаны. 1 яйцо, перец, рассол, лавровый лист, зелень и соль по вкусу.

Фасоль промыть, замочить на 5–6 часов, а затем сварить, процедить в чистую посуду. В кипящий отвар опустить нарезанный дольками картофель, дать прокипеть 5 мин, затем добавить пассерованные на топленом масле морковь, петрушку, сельдерей и лук, дать прокипеть 5–7 мин, положить нарезанные лапшой без семян и кожуры соленые огурцы, добавить перец, соль, лавровый лист и варить 5–7 мин на медленном огне. В конце варки опустить отваренную фасоль, сдвинуть кастрюлю на край плиты, заправить рассольник желтком со сметаной.

Рассольник с клецками

2 соленых огурца, 1 морковь, по 1 корешку петрушки и сельдерея, 1/8 стебля лука-порея, 2 головки репчатого лука, 1/3 кочана капусты, 4–5 клубней картофеля, 4 ст. ложки топленого масла, 4 ст. ложки сметаны, перец, лавровый лист, зелень и соль по вкусу.

Для клецек: 1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, 2 ст. ложки молока.

Морковь, петрушку, сельдерей, лук репчатый и лук-порей очистить, разрезать на две части, помыть. Из одной части сварить овощной отвар, а другую нарезать в виде соломки и спассеровать на топленом масле. Огурцы разрезать вдоль на две части, снять кожицу, удалить семена, нарезать в виде крупной соломки и варить до готовности.

Овощной отвар процедить, опустить в него свежую промытую, нарезанную в виде лапши капусту, довести до кипения, затем опустить картофель, нарезанный дольками, пассерованные коренья и лук и дать покипеть 7–8 мин. В конце варки опустить готовые клецки, дать прокипеть, затем опустить готовые огурцы, соль, перец, лавровый лист, дать вскипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Подавая рассольник на стол, в тарелки влить 1 ложку сметаны, посыпать зеленью укропа и петрушки.

Овощная солянка

4 соленых огурца, 4 головки репчатого лука, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 морковь, 8 маслин, 1/2 лимона, 2 репы, 1 стакан сметаны, 4 ст. ложки растительного масла, 4 ст. ложки рубленого укропа, 1,5 л воды, молотый перец и соль по вкусу.

Соленые огурцы очистить от кожицы, семян, нарезать соломкой. Добавить натертые на крупной терке морковь, репу, рубленый репчатый лук, растительное масло. Прогреть 5–6 мин на огне, периодически помешивая, чтобы овощи не пригорели. Кожицу и семена, оставшиеся после соленых огурцов, залить 2 стаканами горячей воды, проварить и дать настояться в течение 10 мин. Отвар процедить и добавить его к тушеным овощам. В тушеные овощи влить оставшуюся горячую воду, добавить соль,

молотый перец и довести до кипения.

Подавать с маслинами, сметаной и укропом.

Супы из сухих бобовых

Суп из фасоли

1/2 стакана фасоли, по 1 шт. кореньев, 1 луковица, 1 ст. ложка томата-пюре, 2 ст. ложки масла, соль по вкусу.

Замоченную фасоль поставить варить. Коренья и лук нарезать и поджарить на масле с томатом-пюре. Когда фасоль станет мягкой, добавить поджаренные коренья, перец, лавровый лист и соль, после чего продолжать варку около 20 мин.

При подаче к столу суп посыпать зеленью петрушки или укропом и положить в тарелки сметану.

Суп из фасоли с картофелем

1/2 стакана фасоли, 5–6 клубней картофеля, 2 моркови, 2 петрушки, 3 головки репчатого лука, 4 ст. ложки топленого масла; перец, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Фасоль перебрать, хорошо промыть, положить в посуду, залить водой и дать постоять 5–6 часов. Затем сварить ее в той же воде. Морковь, петрушку и лук очистить, разрезать на 2 части вдоль, подпечь на плите, промыть, сложить в кастрюлю, залить водой и варить 30–35 мин. Когда овощи станут совсем мягкими, бульон процедить в другую посуду, добавить нарезанный дольками картофель и варить 15–20 мин. В конце варки положить фасоль вместе с отваром, епассерованные, нарезанные кубиками морковь, лук и петрушку, добавить соль, перец и лавровый лист. Готовый суп сдвинуть на край плиты.

При подаче посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

Суп из фасоли с крапивой

1 стакан фасоли, 300 г листьев крапивы, 4 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки рубленого укропа, 2 л воды, молотый перец,

соль по вкусу.

Фасоль замочить и отварить. К фасоли добавить оставшуюся воду, соль, молотый перец, рубленые репчатый лук и листья крапивы, растительное масло. Довести смесь до кипения. Подавать суп со сметаной и укропом.

Суп картофельный с фасолью на молоке

350 г фасоли, 600–750 г картофеля, 150 г репчатого лука, 1 л молока, зелень и соль по вкусу.

Сварить подготовленную фасоль до полуготовности, добавить картофель, нарезанный кубиками, мелко нарезанный репчатый лук, влить горячее молоко и варить суп до готовности. В конце варки добавить соль. При подаче посыпать суп мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Суп из фасоли с лапшой

1,5 стакана фасоли, 1 головка репчатого лука, 100 г лапши, 2 ст. ложки масла, зелень петрушки, перец и соль по вкусу.

Перебранную и промытую фасоль на 3–4 часа залить холодной водой. Затем воду слить, фасоль залить 2,5 л холодной воды и сварить до мягкости. Добавить поджаренный с маслом лук, соль, перец (по вкусу), засыпать лапшу и варить еще 10–15 мин. При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

Суп с фасолью, картофелем и макаронами

1/2 стакана фасоли, 100 г макарон, 5–6 клубней картофеля, 1/2 моркови, 1/2 петрушки, 1 луковица; зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Фасоль перебрать, промыть в нескольких водах, залить чистой водой на 5–6 часов, затем слить эту воду и отварить в свежей воде до мягкости.

Молодой картофель очистить, вымыть, нарезать дольками, опустить в кипящую воду, дать вскипеть, опустить ломаные макароны и дать покипеть 15–20 мин. В конце варки добавить

готовую фасоль с отваром, спассерованные морковь, лук, нарезанный соломкой, соль, дать вскипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

При подаче суп посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Суп из фасоли, зеленого горошка и перловой крупы

100 г фасоли (сухой или молодой), 50 г зеленого (вылущенного из молодых стручков) горошка, 30 г перловой крупы, 50–70 г сметаны или кислого молока, соль по вкусу.

Отварить замоченную фасоль до полуготовности. Прибавить горошек и предварительно замоченную (на пару часов) перловую крупу и варить до готовности. Заправить суп сметаной или кислым молоком.

Суп из красной фасоли

1,5 стакана красной фасоли, 1–2 головки репчатого лука, 50 г очищенного грецкого ореха, 1/2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки масла, красный перец и соль по вкусу.

Фасоль перебрать, промыть, положить в кастрюлю, залить 2 л холодной воды, добавить 1 ч. ложку соли, накрыть крышкой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять пену и варить фасоль на медленном огне 1–1,5 часа. Отдельно поджарить мелко нарезанный лук, добавив к концу жаренья красный перец и муку, все перемешать и жарить еще в течение 1–2 мин. После этого лук переложить в сваренную фасоль, добавив натертые или мелко нарубленные грецкие орехи, соль по вкусу, и варить суп в течение 15–20 мин.

При подаче к столу положить в суп мелко нарезанную зелень петрушки.

Суп из фасоли и бобов с лапшой

200 г фасоли, 50 г бобов, 100 г картофеля, 100 г лапши, 60 г сметаны.

Отварить (замоченные заранее порознь) фасоль и бобы до

готовности, прибавить картофель. Когда картофель станет мягким, прибавить в суп лапшу, заправить суп сметаной или кислым молоком, посыпать зеленью петрушки.

Суп картофельный с бобовыми

150-200 г фасоли или гороха лущеного или 200–250 г консервированного зеленого горошка (без отвара), 500–650 г картофеля, 1–2 головки репчатого лука, 1–2 моркови, 50 г петрушки (корня), 2–3 ст. ложки масла, специи, зелень по вкусу, соль.

Фасоль или горох перебрать, тщательно промыть и замочить в холодной воде (2–3 л воды на 1 кг): фасоль — на 5–8 часов, горох — на 3–4 часа, после чего варить в этой же воде при закрытой крышке до готовности без добавления соли. Картофель, нарезанный кубиками или дольками, положить в кипящий бульон или воду, добавить пассерованные репчатый лук и морковь, предварительно нарезанные мелкими кубиками, соль и варить до полуготовности картофеля, добавить сваренные бобовые или зеленый горошек с отваром и варить до готовности картофеля. При подаче посыпать суп мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Температура воды при замачивании бобовых должна быть не выше 15 °С, в противном случае бобовые могут закиснуть.

Тыквенный суп с бобами или горохом

1/2 стакана сухих бобов или гороха или 1 стакан свежих (либо консервированных), 300 г тыквы, 2 картофелины, 1 головка репчатого лука или лук-порей, кусочек петрушки или сельдерея, 1 морковь или ломтик брюквы, 2 ст. ложки жира или маргарина, 1 л воды, перец или пряные травы, зелень, соль.

Сухие бобы или горох замочить на ночь, затем засыпать в холодную воду и варить до полуготовности. Добавить нарезанный кубиками картофель, а через 15 мин — обжаренные в жире рубленые коренья и нарезанную кубиками тыкву. Посолить, заправить, варить еще 5-10 мин, пока тыква не станет полупрозрачной (следить за тем, чтобы она не разварилась). Готовый суп сразу подавать к столу.

Вместо тыквы можно использовать кабачки или патиссоны.

Суп гороховый

1 стакан гороха, 2 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сливок, 2 л воды, кардамон, молотый перец, соль по вкусу.

Замоченный горох залить горячей водой, сварить до готовности, добавить соль, кардамон, перец, дать настояться гороху 25–30 мин. Протереть горох вместе с отваром через сито, добавить сливочное масло, рубленый репчатый лук, сливки.

Гороховый суп с морковью

1 стакан гороха, 1 л воды, 3 моркови, 1/2 лука-порея или репчатого лука, кусочек корня сельдерея, 1 ст. ложка сливочного масла, мелисса или чабер, 3 ст. ложки молока или сметаны, зелень, соль.

Горох замочить на ночь в холодной воде и варить в ней же до полуготовности, затем положить нарезанную мелкими кубиками морковь. Лук-порей или репчатый лук и сельдерей порубить, обжарить в масле и добавить в почти готовый суп. Варить все вместе еще 6–8 мин, затем посолить и положить пряные травы.

К столу суп подать с молоком или сметаной и посыпать зеленью.

Гороховый суп с перловой крупой

1 стакан гороха, 1 л воды, 1 ст. ложка перловой крупы, 1/2 моркови, 1/2 луковицы, 1/2 корня петрушки, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень, соль.

Горох замочить на ночь в холодной воде и, добавив промытую перловку, поставить в этой же воде вариться. Морковь, лук и петрушку нарезать маленькими кубиками, обжарить в масле и соединить с горохом, когда он будет наполовину готов. Посолить и посыпать зеленью.

Гороховый суп с домашней лапшой

1/2 стакана гороха, 4–5 клубней картофеля, по 1/2

моркови и корня петрушки, 1 головка репчатого лука, 4 ст. ложки топленого масла, перец, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Для домашней лапши: 1 стакан муки высшего сорта, 1 яйцо.

Горох промыть и сварить в небольшом количестве воды. Морковь, петрушку и репчатый лук очистить, промыть, нарезать в виде лапши и пассеровать на топленом масле. Картофель очистить, вымыть и нарезать дольками. Приготовить домашнюю лапшу. В кипящую воду опустить картофель, дать вскипеть, затем опустить домашнюю лапшу, спассерованные коренья и варить 15–20 мин. В конце варки положить горох с отваром, соль, перец, лавровый лист, довести до кипения и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

При подаче к столу суп посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

Суп из гороха (ведическая кухня)

1 чашка (200 г) зеленого лущеного гороха, 8 чашек (1,9 л) воды, 3 ч. ложки соли, 2 лавровых листа, 1 палочка корицы длиной 7,5 см, разломанная пополам, 1 ч. ложка куркумы, 1 ст. ложка сливочного масла, 275 г овощей, нарезанных кубиками, 1 ст. ложка топленого масла, 1,5 ч. ложки семян кумина, 2 стручка сушеного красного перца, 1 ч. ложка натертого свежего имбиря (или 1/2 ч. ложки молотого сухого имбиря), 1/4 ч. ложки асафетиды, 1 ст. ложка нарубленных листьев свежего кориандра, 2 лимона, разрезанных на 8 долек каждый.

Перебрать, промыть и обсушить горох. Налить в большую кастрюлю воду, положить соль, лавровые листья, корицу и довести до кипения. Положить горох в кипящую воду.

Когда вода закипит во второй раз, прикрыть кастрюлю наполовину, немного уменьшить огонь и варить, пока зерна гороха не станут мягкими (около 35 мин). Периодически снимать пену. Затем добавить куркуму и масло. Положить в кастрюлю нарезанные овощи, закрыть крышкой и продолжить варить, пока горох не разварится полностью.

Нагреть 2 ст. ложки топленого масла в маленькой сковороде и бросить туда семена кумина и перец. Когда семена кумина потемнеют, добавить натертый имбирь и асафетиду и жарить еще

несколько секунд, покачивая сковороду. Затем быстро перелить приправы в горох, сразу же закрыть крышку и оставить на медленном огне еще на 4–5 мин.

Подавать горох горячим вместе с отварным рисом, овощами и хлебом, украсив его зеленью и долькой лимона.

Блюдо должно быть жидким. Если оно загустело, надо добавить горячей воды.

Суп из гороха с помидорами (ведическая кухня)

1 чашка (200 г) зеленого лущеного гороха, 8 чашек (1,9 л) воды, 3 лавровых листа, 1 ст. ложка сливочного масла, 2,5 ч. ложки соли, 2 ст. ложки топленого масла, 1 ч. ложка семян горчицы, 1 ч. ложка семян кумина, 2 стручка сушеного красного перца, 2 ч. ложки натертого свежего имбиря (или 1 ч. ложка молотого сухого имбиря), 1/4 ч. ложки асафетиды, 1 ч. ложка куркумы, 5 помидоров среднего размера, мелко нарезанных, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка нарезанных листьев свежего кориандра.

Перебрать горох и положить его (немытым) в кастрюлю с толстым дном. Поставить кастрюлю на средний огонь и жарить горох всухую 4–5 мин, постоянно помешивая, пока большая часть зерен не подрумянится. Тогда ссыпать горох в металлическое сито, промыть под струей воды и поместить обратно в кастрюлю. Добавить воду, лавровый лист, сливочное масло и соль. Затем поставить кастрюлю на сильный огонь и довести до кипения. Накрыть и варить на среднем огне 30 мин.

Когда горох начнет развариваться, разогреть топленое масло в маленькой кастрюле и бросить в него семена горчицы. Накрыть крышкой. Когда семена горчицы перестанут трещать, быстро добавить семена кумина, красный перец, имбирь, асафетиду и куркуму. Жарить, помешивая, около 20 с, затем положить туда же нарезанные помидоры и помешивать их ложкой минуту или две.

Переложить помидоры и специи в суп, накрыть и варить, пока горох не разварится полностью. В конце добавить лимонный сок и листья кориандра и хорошо, перемешать. Подавать горячим с любым блюдом из риса или хлебом.

Это легкоусвояемое блюдо немного гуще, чем обычный дал. Обычно его подают с масалой, или с атта- досой, либо же с белым рисом и хлебом.

Суп из гороха с овощами (ведическая кухня)

Это легкоусвояемое блюдо немного гуще, чем обычный дал. Обычно его подают с масалой, или с аттадосой, либо же с белым рисом и хлебом.

> 6 чашек (1,4 л) воды, 3 ч. ложки соли, 1,25 чашки (250 г) зеленого лущеного гороха или чечевицы, 675 г разных овощей (баклажаны, морковь, помидоры, стручковая фасоль, тыква), 50 г тамаринда, 3 ст. ложки топленого или растительного масла, 1 ч. ложка семян горчицы, 1,5 ч. ложки молотого тмина, 2 ч. ложки молотого кориандра, 1/2 ч. ложки кайенского перца или два стручка свежего острого перца, 1 ч. ложка куркумы, 4 ст. ложки тертого кокосового ореха.

Довести воду с солью до кипения. Перебрать, промыть, осушить горох и положить его в кипящую воду. Варить без крышки 10 мин. Снять пену, затем закрыть крышкой и варить на среднем огне 15–25 мин, время от времени помешивая. Горох должен стать мягким, но не разваренным.

Пока горох варится, промыть и нарезать овощи на мелкие кубики. Приготовить тамариндовую воду.[1]

Нагреть масло в кастрюле и поджарить семена горчицы. После того, как семена перестанут трещать, добавить молотые пряности, жарить еще несколько секунд, затем положить туда овощи (если вы используете баклажан, то предварительно обжарьте его, пока он не станет мягким). Через 10–15 мин, когда все овощи подрумянятся, добавить тертый кокосовый орех и жарить еще 2 мин.

К этому времени горох должен быть готов. Положить в него овощи, влить сок тамаринда в горох и хорошо перемешать. Уменьшить огонь и варить без крышки до полной готовности, пока горох не загустеет, а овощи не станут мягкими.

Суп из чечевицы

> 1 стакан чечевицы, 2 картофелины, 2 ст. ложки мелко нарубленной зелени, 1/2 стакана сметаны, 2 л воды, мускатный орех на кончике ножа, соль по вкусу.

Замоченную чечевицу залить горячей водой и варить до мягкости, затем добавить картофель, соль и варить еще 15 мин. В

конце варки ввести в похлебку мускатный орех, зелень, а при подаче — сметану.

Суп из чечевицы с баклажанами

80 г сухой чечевицы, 200 г баклажанов, 60 г мелкого семенного лука, 2 зубчика чеснока, 2 помидора, 40 г сливочного масла, свежая мята и соль по вкусу.

Чечевицу перебрать, залить 2 л холодной воды и поставить на умеренный огонь. Через час положить очищенный мелкий лук. Баклажаны очистить, нарезать вдоль тонкими ломтиками и также опустить в суп. Спассеровать в разогретом сливочном масле очищенные от кожицы и мелко нарезанные помидоры, переложить их в суп, после чего поварить еще 15 мин на тихом огне. Готовый суп посыпать мелко нарезанной мятой, заправить растертым чесноком.

Если чечевицу сварить в 1 л воды, получится второе блюдо.

Чечевичная похлебка (Армения)

1,5–1,75 л воды, 1 стакан чечевицы, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 3 лавровых листа, 6 горошин черного перца, 1/2 головки чеснока, 1 ст. ложка зелени чабера, соль по вкусу.

Чечевицу замочить на сутки в холодной воде. Перед приготовлением еще раз промыть, залить холодной водой и поставить на умеренный огонь. Когда закипит, внести измельченные коренья и варить до полного разваривания чечевицы (должно остаться 1,25-1 л жидкости). Затем добавить лук и остальные пряности, кроме чеснока и чабера, посолить и варить на очень слабом огне еще 10–12 мин, после чего заправить чесноком и чабером, снять с огня и дать настояться 5–8 мин.

Зеленые супы

Суп из щавеля

2 пригоршни щавеля, 3 яйца, 1 лимон, 1–2 зубчика чеснока, сметана, гренки, соль.

Перебрать и промыть щавель. Мелко нарезать его и сварить в 3 стаканах подсоленной кипящей воды. Затем снять с огня и заправить сырым яйцом, взбитым с соком лимона.

Нарезать кружочками 2 сваренных вкрутую яйца, растереть чеснок. Положить в супник и залить супом.

При подаче в каждую тарелку с супом положить 2 ложки сметаны и мелко нарезанные гренки.

Суп из щавеля и зеленого чеснока

400 г молодого щавеля, 1/2 пучка свежего зеленого чеснока, 1–2 соленых огурца, укроп, 4 ст. ложки простокваши, 1 ст. ложка муки, 40 г сливочного масла, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Выбрать наиболее нежные листья молодого щавеля, перебрать их, промыть в холодной воде, мелко нарезать и опустить в кипящую соленую воду, закрыв кастрюлю крышкой. В разогретом сливочном масле пассеровать мелко нарезанные огурцы, добавить к ним муку и через несколько минут — простоквашу, смешанную со сметаной. Тщательно все перемешать, переложить смесь в кастрюлю с супом, досолить и снять с огня. Готовый суп посыпать мелко нарезанными чесноком и укропом.

Суп можно приготовить иначе: лук и соленые огурцы варить одновременно со щавелем, а перед подачей к столу заправить суп пшеничной мукой, разведенной простоквашей.

Суп из шпината

500 г шпината, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки жира, 1 стакан молока (при желании), 1–2 яйца, зелень петрушки, толченый черный перец, соль.

Перебрать и промыть шпинат, нарезать его полосками и положить в кипящую подсоленную воду, добавить мелко нарезанную головку репчатого лука. Доведя шпинат до готовности, спассеровать муку с жиром. Развести пассеровку водой и влить в шпинат. Варить еще 5–6 мин. При желании перед тем, как снять суп с огня, влить в него стакан молока.

Сваренные вкрутую яйца охладить, нарезать кубиками и смешать с мелко нарезанной зеленью петрушки и толченым

черным перцем. Суп разлить по тарелкам и посыпать приготовленной смесью.

Суп из шпината с маслинами

500 г шпината, 5–6 перьев зеленого лука, 3 ст. ложки жира, 2 ст. ложки риса, 15–20 маслин, яйца, зелень петрушки, черный перец, соль.

Перебрать, промыть и мелко нарезать шпинат и зеленый лук. Шпинат с луком тушить до мягкости, прибавив 3 ст. ложки жира. Затем влить необходимое количество воды и посолить по вкусу. Довести суп до кипения, прибавить рис, маслины, соль и черный перец по вкусу. Варить до готовности, посыпать крутыми яйцами, нарезанными кубиками и смешанными с мелко нарезанной зеленью петрушки или черным перцем, и подать.

Суп из шпината с макаронами

500 г шпината, 3 ст. ложки жира, 5–6 перьев зеленого лука, 1 стакан макарон, 1 стакан молока, 1–2 яйца, тертый сыр (или брынза), черный перец, соль.

Перебранный, промытый и мелко нарезанный шпинат тушить, прибавив 3–4 ложки жира и зеленый лук, мелко нарезанный. Затем посолить, довести до мягкости и влить 6 стаканов горячей воды. Как только суп закипит, всыпать стакан макарон, предварительно мелко их наломав. Доведя макароны до готовности, влить стакан молока. Суп снять с огня и заправить яйцами. Потом посыпать тертым сыром (или брынзой) и черным перцем.

Вместо шпината в суп можно положить щавель или крапиву.

Суп из крапивы с яйцом

300 г крапивы, 3–4 ст. ложки сливочного масла, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка (без верха) муки, 1–1,5 стакана молока (при желании), 2–3 яйца, черный перец или зелень петрушки, соль.

Перебрать, промыть и мелко нарезать молодую крапиву. Спассеровать ее с 3–4 ложками масла, головкой измельченного на

терке репчатого лука и столовой ложкой муки. Посолить и залить 5–6 стаканами горячей воды. Суп довести до кипения. Перед тем как снять суп с огня, можно влить 1–1,5 стакана молока.

Сварить вкрутую яйца, хорошо охладить и нарезать мелкими кубиками. Смешать с толченым черным перцем или мелко нарезанной зеленью петрушки. В каждую глубокую тарелку положить по 2 ст. ложки приготовленной смеси и разлить суп.

Суп из крапивы и риса

4 ст. ложки рубленых листьев крапивы, 1/2 стакана риса, 1 луковица, 1 морковь, 1/2 стакана майонеза, 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки, 40 г сливочного масла, 2 л воды, молотый перец и соль по вкусу.

Замоченный рис залить горячей подсоленной водой, довести до кипения и оставить на 15–20 мин для настаивания. К рису добавить молотый перец, сливочное масло, рубленые листья крапивы, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук и довести смесь до кипения. Подавать суп с майонезом и зеленью петрушки.

Суп из крапивы по-армянски

125 г молодой крапивы, 25 г репчатого лука, 25 г риса, 75 г картофеля, 1 л воды, специи и соль по вкусу.

В кипящую воду положить подготовленный рис, мелко нарезанный репчатый лук, довести до кипения, добавить крупно нарезанный картофель. За 10 мин до окончания варки положить нашинкованную молодую крапиву, соль, специи

При подаче к столу суп посыпать нарубленной зеленью.

Суп из зелени со снытью

400 г сныти, мальвы, подорожника, спорыша, борщевика (в равных частях), 100 г овсяной крупы, 25 г моркови, 25 г репчатого лука, 25 г масла, 100 г сметаны, специи по вкусу.

Сначала варить до полуготовности крупу, затем добавить промытую и измельченную зелень и продолжать варить 20 мин. В конце варки добавить поджаренный лук, а перед подачей к столу

заправить суп сметаной.

Суп из листьев лопуха с рисом и картофелем

300 г листьев лопуха, 80 г репчатого лука, 40 г риса, 1,4 л бульона или воды, 200 г картофеля, 40 г маргарина, перец, соль по вкусу.

Нарезанный картофель и рис сварить до готовности. Измельченные листья лопуха и пассерованный лук добавить в суп за 10–15 мин до подачи к столу.

Супы из кореньев

Суп из петрушки

2 пучка петрушки, 2 желтка, манная крупа, 3–4 ст. ложки жира, 1 ст. ложка муки, простокваша, черный перец, соль.

В кипящую подсоленную воду всыпать мелко нарезанную зелень петрушки. Взбить 2 желтка и прибавить столько манной крупы, чтобы получилась густая каша. Чайной ложкой набирать кашу и опускать в кипящий суп. Когда манные клецки почти разварятся, прибавить белую пассеровку из 3–4 ст. ложек жира и ложки муки. Варить суп при кипении на среднем огне еще 7–8 мин.

Подать с простоквашей и черным перцем.

Суп из сельдерея

2 корня сельдерея, 1–2 ст. ложки сливочного масла, 1,5 стакана молока, 2 желтка, винная кислота или кислое молоко, соль.

Очистить 2 корня сельдерея средней величины, промыть, измельчить на терке, положить в кастрюлю, прибавить 1–2 ложки масла и немного соли, припустить на слабом огне до мягкости, затем влить 4–5 стаканов кипятка и довести до готовности. Перед тем как снять суп с огня, влить 1,5 стакана молока. Заправить 2 желтками и винной кислотой или простоквашей.

Суп из кореньев со шпинатом

100 г кореньев петрушки, 100 г кореньев сельдерея, 150 г моркови, 120 г репчатого лука, 200 г шпината, 200 г щавеля, 60 г растительного масла, 30 г петрушки, 1,2 л воды, соль.

Морковь, петрушку, сельдерей, лук нашинковать, пассеровать 5–6 мин, залить горячей водой и варить 6 8 мин. Затем добавить к ним нарезанные щавель, шпинат, варить еще 5–6 мин.

При подаче посыпать нарезанной зеленью.

Луковые супы

Суп луковый простой (рецепт Дюма-отца)

200 г ржаного хлеба, 1 л воды, 2 средние луковицы, 20 г сливочного масла.

Ржаной хлеб нарезать мелкими кубиками, обжарить в сковороде на сливочном масле. Репчатый лук мелко нарезать, обжарить на сливочном масле до золотистой окраски, добавить обжаренные хлебные кубики и жарить вместе до тех пор, пока лук не примет бронзового оттенка.

Затем переложить все в кастрюлю, слить в нее масло со сковороды, залить кипящей водой и варить 10–15 мин.

Луковый суп с яйцами и пряностями

200 г пшеничного хлеба, 1 л воды, 4 средние луковицы, 1 головка чеснока, 40 г сливочного масла, 2 яйца, перец, лавровый лист, гвоздика, зелень и соль по вкусу.

Лук и чеснок крупно нарезать, поджарить на сливочном масле, переложить в кастрюлю, залить горячей водой, посолить, прибавить понемногу перца, лаврового листа, гвоздики и дать вскипеть 2–3 раза. Смешать сырые яйца с тройным количеством холодной воды и влить в бульон, остывший до температуры парного молока, хорошо размешать, добавить пшеничный хлеб, нарезанный ровными ломтиками (как для бутербродов). Кастрюлю закрыть крышкой и бульон слегка подогреть. Когда

хлеб хорошо разбухнет, всыпать рубленую зелень и подать суп к столу.

Суп из репчатого лука с брынзой

4-5 головок репчатого лука, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки муки, 1 стакан нарезанной или натертой брынзы, соль.

Очистить и мелко нарезать репчатый лук. Нарезанный лук обжарить на растительном масле, не подрумянивая. Добавить муку и тоже слегка обжарить. Пассеровку развести необходимым количеством воды или овощного отвара. Суп варить при кипении 20–25 мин. Затем снять с огня и всыпать стакан мелко нарезанной или натертой брынзы.

Суп из зеленого лука и чеснока

20 г зеленого лука, 2 яйца, 5 г чеснока (перо), 20 г зелени петрушки, 3 г мяты, 20 г муки, 1 мл 3 %-ного уксуса, 10 г сливочного масла, соль.

Очистить и мелко нарезать зеленый лук, чеснок, петрушку, мяту и положить в кипящую подсоленную воду. Приблизительно через 20 мин добавить муку, разведенную уксусом. Суп довести до готовности, затем снять с огня, добавить сливочное масло и заправить сваренными вкрутую яйцами.

Луковый суп с капустой

10 головок репчатого лука, 500–600 г капусты, 100 г подсолнечного масла, 1 морковь, 3 лавровых листа, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 л воды, 1 пучок укропа, 1 лимон, перец горошком, соль.

Лук мелко нарезать, обжарить на подсолнечном масле, запить водой, добавить нашинкованную капусту, нарезанную морковь, перец, лавровый лист, соль. Варить до готовности. Заправить мукой, поджаренной на подсолнечном масле, и довести до кипения.

При подаче посыпать зеленью, добавить сок лимона.

Супы из свежих помидоров

Суп из помидоров с зеленым горошком

5 свежих помидоров, 1 стакан консервированного зеленого горошка, 1 луковица, 1/2 стакана сливок, 40 г сливочного масла, 1/2 стакана отвара зеленого горошка (консервированного), 2 л воды, молотый перец и соль по вкусу.

Помидоры протереть через сито. Репчатый лук нашинковать соломкой и прогреть в течение 2–3 мин на сливочном масле, затем добавить консервированный зеленый горошек, протертые помидоры, горячую воду, соль, молотый перец, отвар зеленого горошка, довести смесь до кипения и подать со сливками.

Суп из свежих помидоров с капустой

5 свежих помидоров, 300 г белокочанной капусты, 1 морковь, 1 луковица, 4 ст. ложки растительного масла, 4 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки, 2 л воды, молотый перец и соль по вкусу.

Помидоры протереть через сито. Морковь, репчатый лук нашинковать соломкой, прогреть 2–3 мин на растительном масле. В кипящую подсоленную воду добавить протертые помидоры, прогретые морковь, репчатый лук, нарезанную соломкой белокочанную капусту, молотый перец. Довести смесь до кипения, плотно закрыть посуду крышкой и дать постоять супу 5-10 мин.

При подаче добавить сметану и зелень петрушки.

Суп томатный с макаронными изделиями

500 г помидоров, 2–3 ст. ложки макаронных изделий, 2 ст. ложки муки (без верха), 3–4 ст. ложки масла, 1 стакан молока, тертый сыр, зелень петрушки, соль.

Спассеровать муку с маслом. Пассеровку развести 4 стаканами воды, довести до кипения, добавить очищенные и измельченные на терке помидоры. Снова довести до кипения и

всыпать макаронные изделия (крупку). Перед тем как снять суп с огня, влить стакан молока.

Суп подать с тертым сыром и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из помидоров с рисом

5 свежих помидоров, 1/2 стакана риса, 1/2 стакана сметаны, 4 ст. ложки рубленой зелени сельдерея, 2 л воды, молотый перец и соль по вкусу.

Помидоры опустить на 1–2 мин в кипящую воду, ополоснуть холодной водой и сразу же снять кожицу. Очищенные помидоры протереть через сито. В пюре из помидоров добавить горячую воду, соль, молотый перец, проварить смесь 2–3 мин, ввести в нее отварной рассыпчатый рис, сметану и посыпать зеленью сельдерея.

Суп томатный с брынзой

1 кг помидоров, 3 ст. ложки муки, 3–4 ст. ложки сливочного или растительного масла, 1/2 ч. ложки черного молотого перца, 1 стакан тертой брынзы, соль.

Нарезать помидоры, слегка посолить и припустить без добавления воды. Доведя помидоры до мягкости, протереть их через сито. Спассеровать муку со сливочным или растительным маслом и черным молотым перцем. Пассеровку развести 2–3 стаканами воды и прибавить протертые помидоры. Суп варить при кипении 8-10 мин. Перед тем как снять с огня, прибавить стакан тертой брынзы.

Разные овощные супы

Суп с зеленым горошком на молоке или воде

750 г зеленого горошка, 2 ст. ложки манной крупы, 1,5 стакана молока, сливочное масло, укроп, по желанию яйцо.

Очистить от лопаточек 3/4 кг зеленого горошка и сварить в подсоленной воде. Довести горошек почти до готовности, затем

прибавить 2 ложки манной крупы, разведенной 1/2 стакана холодной воды. Перед тем, как снять суп с огня, влить в него 1,5 стакана молока. Снова довести до кипения, затем снять с огня и положить кусочек сливочного масла величиной с грецкий орех. Суп подать, посыпав укропом, и, по желанию, мелко рубленным крутым яйцом.

Суп из тыквы

500 г тыквы, 2–3 моркови, 2 ст. ложки муки или крахмала, 2 ст. ложки томата-пюре, 1,5 стакана молока, сливочное масло, гренки.

Нарезать кусочками 1/2 кг очищенной тыквы. Нарезать кружочками 2–3 очищенные моркови и положить их вместе с тыквой в кипящую подсоленную воду. Довести до мягкости и протереть через сито. Прибавить 2 ложки муки или крахмала, разведенных холодной водой, и 2 ложки томата-пюре. Перед тем как снять суп с огня, влить 1,5 стакана молока, а отставив его, положить кусок сливочного масла величиной с крупный грецкий орех.

Суп подать с мелко нарезанными гренками.

Суп из свежих огурцов и зеленого горошка

500 г свежих огурцов, 300 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки рубленого укропа, 1/2 стакана отвара зеленого горошка (консервированного), 1,8 л воды, молотый перец и соль по вкусу.

Огурцы нашинковать соломкой, добавить зеленый горошек с отваром, сваренные вкрутую рубленые яйца, соль, залить смесь горячей водой, довести до кипения.

При подаче добавить в суп сметану и укроп.

Суп из свежих огурцов с тыквой

4 свежих огурца, 400 г тыквы, 1 луковица, 1 морковь, 4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки рубленого укропа, 2 л воды, соль по вкусу.

Тыкву нарезать соломкой, смешать с натертой на крупной терке морковью, рубленым луком, залить горячей подсоленной водой, довести овощи до кипения, снять с огня, добавить нарезанные соломкой огурцы, укроп, майонез.

Овощной суп со свежими огурцами

2 свежих огурца, 1 морковь, 1 лук-порей или 1 головка репчатого лука, 1 маленький кочан цветной капусты, 1/2 стакана свежего гороха или фасоли, 4 картофелины, 1 небольшая кольраби, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ч. ложки муки, 3 ст. ложки сливок, 2 яйца, укроп или зелень петрушки, 1 л воды, соль.

Нарезанные овощи (форма произвольная) варить в кипящей подсоленной воде (класть в такой последовательности, чтобы все они были готовы одновременно). Огурцы очистить, у старых удалить семена. Нарезанные огурцы положить в суп к почти готовым овощам и добавить туда обжаренную в масле муку. Варить еще 5-10 мин, затем влить сливки. В тарелки положить нарезанные крутые яйца и посыпать рубленой зеленью.

Суп из кабачков

250 г кабачков, 40 г манной крупы или риса, 25 г сливочного масла, 20 г петрушки или укропа, 750 мл воды.

Очищенные кабачки нарезать кубиками, отварить в подсоленной воде и добавить к ним манную крупу или рис. Перед окончанием варки в суп положить зелень петрушки, укропа и заправить сливочным маслом.

Готовый суп можно заправить яйцом.

Суп из кабачков с молоком

500 г кабачков, 2 ст. ложки манной крупы или риса, сливочное масло, зелень петрушки и укропа (по 1/2 пучка), 1 стакан молока или 1 яйцо и 1/2 стакана простокваши, соль.

Очистить кабачки, нарезать кубиками и сварить в

подсоленной воде. Через 10 мин всыпать манную крупу или рис. Довести суп до готовности. Перед тем как снять с огня, положить в суп кусочек сливочного масла величиной с грецкий орех и мелко нарезанную зелень петрушки и укропа. Одновременно со сливочным маслом можно влить стакан молока.

Вместо молока суп можно заправить яйцом и простоквашей, но только после того, как суп будет снят с огня.

Суп из кабачков с брынзой

500 г кабачков, 2 ст. ложки пшеничной муки (без верха), 3–4 ст. ложки жира, 1 стакан измельченной брынзы, укроп или петрушка, соль.

Очистить кабачки, нарезать кубиками и варить в подсоленной воде 15–20 мин. Приготовить белую пассеровку из 2 ст. ложек муки и 3–4 ст. ложек жира, развести ее горячей водой и добавить к кабачкам. Всыпать стакан брынзы, измельченной на крупной терке. Суп довести до кипения и немедленно снять с огня.

Перед подачей густо посыпать мелко нарезанным укропом или петрушкой.

Сваренные кабачки можно протереть через сито и подать суп с мелко нарезанными гренками.

Суп из моркови с рисом

400 г моркови, 200 г риса, 40 г сливочного масла или маргарина, 400 мл молока, 1 л воды, соль.

Очищенную морковь нарезать соломкой. Рис перебрать и промыть, замочить на 15 мин в холодной воде. В кипящую воду положить морковь, рис, соль. Варить 10 мин, настаивать 15–20 мин. Добавить молоко и, не перемешивая, довести суп до кипения.

Подавать с маслом.

Морковный суп с кабачками и рисом

200 г кабачков, 3–4 моркови, 2 зубчика чеснока, несколько листьев сельдерея, 40 г риса, 4 ст. ложки простокваши, 2 ст. ложки сметаны, 40 г сливочного

масла, соль по вкусу.

Морковь натереть на терке, кабачки нарезать продольными тонкими ломтиками. Залить овощи 1 л горячей воды и поставить на огонь. Через 10 мин добавить промытый рис, спустя еще некоторое время — мелко нарезанную зелень сельдерея и довести до готовности. Готовый суп заправить простоквашей, осторожно размешанной со сметаной, посолить, положить растертый чеснок и сливочное масло.

Если листья сельдерея молодые и сильно пахнут, лучше положить их в конце варки.

Суп из моркови и сельдерея

2-3 моркови, 1/2-1 корешок сельдерея, 1 головка репчатого лука, 3 ст. ложки (без верха) манной крупы, сливочное масло, 1–2 яйца, 1/2 стакана простокваши, черный перец или зелень петрушки, соль.

Очистить и нарезать кубиками морковь, корень сельдерея и головку репчатого лука. Нарезанные овощи припустить до мягкости, добавив 2 ст. ложки масла и 1 кофейную чашечку воды. Затем посолить и влить 5–6 стаканов горячей воды. Довести до кипения, через некоторое время всыпать манную крупу, предварительно подсушив ее на сковороде до золотистого цвета, и положить кусочек сливочного масла величиной с грецкий орех. Варить суп при кипении еще 7–8 мин. Затем заправить яйцами и простоквашей.

Перед подачей посыпать черным перцем или мелко нарезанной зеленью петрушки.

Суп из сладкого перца с капустой

6 стручков сладкого красного перца, 200 г белокочанной капусты, 1 луковица, 4 ст. ложки растительного масла, 2 свежих помидора, 4 ст. ложки сметаны, 4 ст. ложки рубленой зелени сельдерея, 2 л воды, соль по вкусу.

Нарезанные дольками помидоры и репчатый лук, сладкий стручковый перец, нашинкованный соломкой, прогреть в течение 2–3 мин с растительным маслом, добавить нарезанную соломкой белокочанную капусту, горячую воду, соль, довести смесь до

кипения и дать настояться 10–15 мин.

При подаче добавить сметану и зелень сельдерея.

Суп из стручковой фасоли

400 г стручковой фасоли, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, 1,5 л воды, 30 г пшеничной муки, 1 стакан молока, 100 г сметаны, 3 желтка, соль по вкусу.

Лук, морковь, петрушку, сельдерей очистить, вымыть, сварить до мягкости. Фасоль очистить от жилок, нарезать полосочками длиной 1/2 см и отварить в подсоленной воде. Овощной отвар процедить, соединить с фасолью. Муку разбавить молоком, заправить ею суп, прокипятить, добавить сметану с желтками, прогреть суп, не давая закипеть, иначе желтки свернутся.

Подавать сразу.

Суп с репой

1 репа, 2 корешка сельдерея, 2 моркови, 2 шт. лука-порея, 2 корня петрушки, 3 картофелины, 2,5 ст. ложки манной крупы, 2,5 л воды, соль по вкусу.

Нарезать корни сельдерея, лук-порей, петрушку, морковь. Опустить в кипящую воду. Посолить. Когда закипит, добавить репу, картофель, манную крупу и варить до готовности.

Суп из каштанов (Франция)

500 г каштанов, 1 головка репчатого лука, 1 корешок сельдерея, зелень петрушки, черный молотый перец, 1/2 стакана сметаны, соль.

Сварить в подсоленной воде каштаны, предварительно надрезав кожуру острым ножом. Затем очистить их от кожуры и размять ядра вилкой. Прибавить головку репчатого лука и корень сельдерея, измельченные на мелкой терке, и влить 4–5 стаканов кипящей воды. Суп довести до готовности при кипении, затем заправить мелко нарезанной зеленью петрушки, солью и черным перцем, а перед тем как снять с огня, влить сметану.

Подать суп горячим.

Суп из ревеня с манными клецками

800 г ревеня, 2 ст. ложки крахмала, 150 г сахара, манная крупа, сливки или сметана (для заправки), 1 яйцо, сливочное масло, соль.

Черешки ревеня промыть, очистить (снять тонкую кожицу), нарезать небольшими кусочками, опустить в кипящую подслащенную воду и прокипятить не более 5 мин. В отвар влить разведенный холодной водой крахмал. Отвар довести до кипения и сразу же снять с огня.

Сварить густую манную кашу на воде, добавить в нее соль, сахар, масло. Кашу охладить, после чего ввести в нее яйцо. Все тщательно взбить. Из полученной массы сформовать с помощью двух чайных ложек клецки, опустить их в кипящую воду и варить до тех пор, пока они не всплывут на поверхность. Готовые клецки вынуть шумовкой, положить в тарелку, залить супом из ревеня, суп заправить сливками или сметаной.

Зеленый овощной суп

Около 200 г различных овощей: брюквы или репы, моркови, кольраби, цветной капусты, белокочанной капусты, стручковой фасоли и пр., 2 картофелины, 200 г шпината, крапивы или щавеля и т. п., 1 луковица, 1 кусочек корня сельдерея или петрушки, 2 ст. ложки жира или сливочного масла, 1 ч. ложка пряного соуса, 2 ст. ложки муки, перец или пряные травы, зелень, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки тертого сыра или 2 яйца, 1 л воды, соль.

Нарезанные кубиками овощи и картофель варить в воде (закладывать поочередно, в зависимости от продолжительности варки). Крапиву или щавель обдать кипятком, мелко нарубить и обжарить в жире вместе с луком и сельдереем, затем добавить муку и пряный соус, размешать и положить в наполовину готовый суп. Посолить, заправить и варить все вместе еще 8-10 мин.

Готовый суп посыпать рубленой зеленью и тертым сыром или рубленым крутым яйцом, добавить сметану.

Сборный овощной суп

2 луковицы, 1 корень петрушки, кусочек корня сельдерея, 2 ст. ложки растительного масла, 2 моркови, ломтик брюквы, 1 стакан мелко нашинкованной белокочанной капусты (150 г), 1 зубчик чеснока, 1 лавровый лист, 1/2 ч. ложки тмина, майоран, 1 яблоко или 2 ст. ложки яблочного пюре, зелень, сметана, клецки, 3 сваренных вкрутую яйца, тертый сыр, 1 л воды, соль.

Нарезанные соломкой лук, петрушку и сельдерей обжарить в растительном или сливочном масле, залить водой, положить нарезанные морковь, брюкву и шинкованную капусту и варить на слабом огне 20–30 мин. Примерно в середине варки добавить толченый чеснок, приправы. Яблочное пюре или тертое яблоко положить в самом конце.

Подавая к столу, посыпать суп рубленой зеленью и при желании тертым сыром. В тарелки положить отдельно отваренные клецки и нарезанные дольками яйца.

В суп можно добавить 2 бульонных кубика, тогда уменьшить количество соли.

Овощной суп с рисом

600 г нарезанных овощей: лука, моркови, цветной капусты, кольраби, петрушки, стручкового гороха, фасоли, репы и пр., 2 ст. ложки риса, пряные травы и душистый перец, рубленый укроп или зелень петрушки, 1 л воды, соль.

Нарезанные овощи и промытый рис положить в кипящую воду, посолить и варить на слабом огне под крышкой 15–20 мин. Готовый суп обильно посыпать зеленью. Отдельно подать бутерброды с сыром или яйцом.

В суп при желании можно добавить 2 бульонных кубика.

Овощной суп с рисом и помидорами

1 ст. ложка риса, 2 картофелины, 1 корень петрушки, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, 4 свежих помидора, 3 ст. ложки растительного масла, душистый перец (2–3 горошины), лавровый лист, 2–3 зубчика чеснока, зелень петрушки, 1 л воды, соль.

Рис опустить в холодную воду и поставить варить до полуготовности. Картофель нарезать тонкой соломкой, присоединить к рису. Корень петрушки, нарезанный тонкой соломкой, лук, нарезанный кольцами, и морковь, натертую на крупной терке, обжарить в растительном масле. Помидоры нарезать дольками, обжарить с двух сторон. Спассерованные овощи опустить в кастрюлю с рисом и картофелем, добавить соль, пряности и варить суп до полной готовности. Перед тем как снять с огня, в суп добавить мелко рубленный чеснок и зелень петрушки.

Овощной суп с макаронами

100 г макарон или макаронных изделий, 1 луковица, 1 морковь или 1 ломтик брюквы, кусочек петрушки или сельдерея. 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 3 картофелины, перец, 1/2 лаврового листа, пряные травы, зелень, тертый сыр или 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 л воды, соль.

Макароны положить в кипящую подсоленную воду, через 5-10 мин добавить картофель, варить на слабом огне. Коренья нарезать соломкой, обжарить в масле или маргарине и положить в суп. Суп посолить, заправить, в самом конце варки посыпать рубленой зеленью, тертым сыром или измельченным вареным яйцом.

Вегетарианский суп

600 г свежей белокочанной капусты, 4 моркови, 4 крупные картофелины, по 1 корню сельдерея и петрушки, 2 маленькие луковицы, 65 г растительного масла, 4 ст. ложки сметаны, пряности, 1,2 л воды, соль.

Репчатый лук мелко нарезать, обжарить на растительном масле, добавить к нему нарезанные кубиками морковь, сельдерей, петрушку и тушить на слабом огне 10–15 мин в плотно закрытой кастрюле, периодически помешивая, затем добавить нашинкованную капусту и нарезанный картофель и продолжать тушить до готовности овощей. К тушеным овощам добавить горячую воду, соль, пряности и довести все до кипения. Подать суп со сметаной.

Суп вегетарианский с яйцами

3 сваренных вкрутую яйца, 1 морковь, 1 луковица, 80 г топленого масла, 2 ст. ложки рубленой зелени, 200 г картофеля, 2 ст. ложки риса, соль по вкусу.

Яйца, морковь и лук мелко нарезать, положить в кастрюлю, добавить масло, 1 стакан воды и тушить на небольшом огне под крышкой до тех пор, пока не выкипит жидкость и не останется одно масло. Влить 1,5 л воды, прокипятить 15 мин, добавить мелко нарезанный картофель и рис. Варить суп до готовности.

В готовый суп всыпать рубленую зелень. Подавать со сметаной.

Крестьянский постный суп

1 морковь, 1 корень петрушки, 1/4 репы, 2 головки репчатого лука, 6–8 клубней картофеля, 1/2 кочана капусты, 2 помидора, 4 ст. ложки топленого масла, 4 ст. ложки сметаны, перец, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Морковь, петрушку, репу и репчатый лук очистить, промыть, нарезать тонкими квадратиками, сложить в сотейник, добавить топленое масло и спассеровать до готовности.

Капусту очистить от загрязненных листьев, промыть, нарезать крупными квадратиками. Картофель очистить, промыть и нарезать кубиками.

В кипящую воду опустить капусту, дать вскипеть, затем опустить картофель и спассерованные овощи и при медленном кипении варить 15–20 мин. Затем добавить в суп красные помидоры, нарезанные дольками, соль, перец горошком и лавровый лист, дать покипеть 5 мин и сдвинуть кастрюлю на край плиты.

При подаче на стол суп разлить по тарелкам, влить по ложке сметаны, посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Суп русский вегетарианский

500 г капусты, 600 г картофеля, 50-100 г перловой крупы, 100 г свежих помидоров, по 60 г репчатого лука, моркови и брюквы, по 30 г сельдерея и петрушки, 40 г

жира, 2 лавровых листа, 2 горошины душистого перца, 15 г укропа, 50 г зеленого лука, 75 г сметаны, 2,5–3 л воды, соль по вкусу.

Хорошо промытую перловую крупу залить кипящей подсоленной водой и поставить варить. Через 1–1,5 часа долить в нее воду, положить нарезанную квадратиками свежую капусту и продолжать варить на слабом огне.

Обжарить на масле или жире репчатый лук, морковь, брюкву, сельдерей и петрушку, добавить нарезанные кубиками свежие помидоры, лавровый лист, душистый перец горошком, все еще слегка обжарить и переложить в кастрюлю с перловой крупой и капустой. Через 8- 10 мин в суп добавить соль и нарезанный кубиками или дольками картофель и варить его еще 12–15 мин.

Готовый суп посолить по вкусу, разлить в тарелки, положить сметану и посыпать мелко нарезанным укропом и зеленым луком.

Этот суп можно готовить также на мясном или рыбном бульоне.

Суп русский с пшеном и свежими помидорами

300 г свежих помидоров, 60-120 г пшена, 1 кг картофеля, 90 г репчатого лука, по 70 г моркови и брюквы, по 50 г петрушки и сельдерея, 50 г сливочного масла, 2 горошины душистого перца, 2 лавровых листа, 20 г укропа, 60 г зеленого лука, 90 г сметаны, 2,5–3 л воды, соль по вкусу.

В кастрюле разогреть немного масла и слегка обжарить на нем нарезанные мелкими кубиками репчатый лук, морковь, брюкву, петрушку и сельдерей; добавить душистый перец горошком, лавровый лист, очищенные и нарезанные дольками или кубиками свежие помидоры и все поджарить. После этого накрыть овощи крышкой и тушить до полуготовности. Затем влить в них кипящую воду, посолить и, когда вода снова закипит, всыпать перебранное и хорошо промытое пшено. Через 5–8 мин в суп добавить нарезанный кубиками или дольками картофель и варить еще 15–18 мин при слабом кипении.

Перед подачей к столу суп заправить солью, положить в него сметану и мелко нарезанный укроп и зеленый лук.

Этот суп рекомендуется делать летом и осенью, когда есть свежие коренья и помидоры. Его можно приготовить и на костном, мясном или рыбном бульонах. Свежие помидоры можно класть в суп через 8-10 мин после закладки картофеля.

Молдавский суп из овощей

2 моркови, 2 петрушки, 2 головки репчатого лука, 15 стручков зеленого горошка, 1/2 кочана капусты, 3 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана хлебного кваса; перец, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Очистить 1 морковь, 1 петрушку и 1 луковицу, промыть, разрезать вдоль на две части, подпечь на плите и сварить в подсоленной воде. Процедить.

Оставшиеся сырые морковь, петрушку, репчатый лук очистить, промыть, нарезать соломкой и спассеровать на сливочном масле.

Зеленый стручковый горошек, цветную капусту промыть, горошек нарезать ромбиками, цветную капусту разделить на мелкие кочешки.

В процеженный бульон опустить зеленый горошек и цветную капусту. Когда закипит, положить спассерованные овощи, перекипяченный хлебный квас, дать вскипеть, добавить соль, перец горошком, лавровый лист, дать прокипеть 5 мин и сдвинуть кастрюлю на край плиты.

При подаче к столу разлить суп так, чтобы в каждую тарелку попали все овощи, посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Суп молдавский с рисом (зама)

3 моркови, 2 петрушки, 2 головки репчатого лука, 5–6 клубней картофеля, 4 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана риса, 1/2 стакана хлебного кваса, 1 желток, перец, зелень укропа, соль по вкусу.

Морковь, петрушку, репчатый лук очистить, вымыть, нарезать мелкими кубиками и спассеровать на сливочном масле. Овощной отвар процедить и довести до кипения. В кипящий отвар положить хорошо промытый рис и картофель, нарезанный кубиками или дольками, дать покипеть 10–15 мин, положить спассерованные морковь, петрушку, лук, соль, перец, горошек, лавровый лист, влить 1/2 стакана перекипяченного хлебного кваса и дать покипеть 5–6 мин. Затем кастрюлю сдвинуть на край плиты, заправить суп взбитым желтком и посыпать рубленой зеленью укропа. Этот суп должен быть слегка кисловатым.

Суп-жюльен

200 г репы, 2 луковицы, 5 крупных листьев капусты, 250 г картофеля, 50 г масла, 1,5 л воды, соль по вкусу.

Натереть или тонко нашинковать репу, нарезать лук и капусту. Слегка потушить в открытой кастрюле с маслом.

Закрыть кастрюлю и тушить еще 5 мин. Открыть кастрюлю, влить воду, положить картофель, нарезанный мелкими кубиками. Посолить, закрыть и варить еще 15 мин.

Овощной суп по-итальянски

125 г зеленой фасоли, 125 г моркови, 125 г репчатого лука, 125 г репы, 125 г корней сельдерея, 2 ст. ложки томата-пасты, 2 зубчика чеснока, 50 г сливочного масла, 50 г тонких макарон, 50 г тертого сыра, 2 л воды, перец и соль по вкусу.

Вскипятить воду. Очистить и мелко нарезать овощи. Положить в воду, посолить, поперчить. Закрыть кастрюлю и варить суп в течение 30 мин. Снять с огня и, не открывая крышку, выдержать 10 мин. Затем положить разломанные макароны, масло. Поставить на огонь, довести до кипения и кипятить еще 10 мин, снять с огня.

При подаче заправить суп мелко нарезанным чесноком, томатом-пастой и тертым сыром.

Весенний суп

3-4 пера зеленого лука, 2 пера чеснока, 1 пучок петрушки, несколько веточек мяты, 2 ст. ложки муки, уксус, сливочное масло, 2 яйца, гренки, соль.

Очистить и мелко нарезать зеленый лук, перья молодого чеснока, зелень петрушки, несколько веточек мяты и положить в кипящую подсоленную воду. Приблизительно через 20 мин добавить муку, разведенную уксусом.

Суп довести до готовности, затем снять с огня и положить кусочек сливочного масла величиной с грецкий орех. Заправить яйцами или мелко нарезанными гренками.

Овощной суп «Лето»

1 баклажан средней величины, 5 картофелин, 1 морковь, 1 корень пастернака, 1 луковица, 1 стручок сладкого (болгарского) перца, 1 ст. ложка манной крупы, 2 ст. ложки растительного или 1 ст. ложка сливочного масла, соль по вкусу.

Баклажан нарезать ломтиками, обвалять в муке и обжарить в растительном или сливочном масле. Обжарить мелко нарезанную морковь, корень пастернака, луковицу, болгарский перец. В кипяток бросить нарезанный картофель, а когда он наполовину сварится, добавить обжаренные овощи. Посолить, всыпать манную крупу и варить на небольшом огне.

Суп особенно вкусен, когда он немного постоит. Лучше есть теплым, а не горячим.

Зимний суп

2 ст. ложки муки (без верха), 2–3 ст. ложки растительного масла, 2 яйца, 1/2 стакана молока или лимонный сок, зелень или черный перец, соль.

Спассеровать муку с 2–3 ст. ложками растительного масла. Влить 4 стакана воды и посолить по вкусу. Варить суп при кипении 8-10 мин, после чего влить 2 белка, не взбивая их. Суп продолжать варить до затвердения белков. Затем заправить его желтками, взбитыми с 1/2 стакана молока, или лимонным соком.

При подаче посыпать суп зеленью или черным перцем.

Овощной суп с брынзой

500-600 г свежей белокочанной капусты, 2–3 стручка сладкого перца, 250 г стручковой фасоли, 1 морковь, 1 корешок сельдерея с зеленью, 2–3 картофелины, 4 ст. ложки сливочного или подсолнечного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2–3 красных помидора, 1/2 стакана тертой брынзы, 1 стакан молока, 1 л воды или овощного отвара, соль.

Капусту нашинковать. Сладкий перец, стручковую фасоль, морковь, корень сельдерея мелко нарезать. Отварить эти овощи в

подсоленной воде до мягкости. Затем добавить картофель, нарезанный кубиками. Отдельно поджарить муку и нарезанные помидоры в сливочном или подсолнечном масле, развести смесь овощным отваром и прокипятить. В готовый суп влить горячее молоко, ввести размельченную брынзу, посыпать зеленью петрушки и сельдерея.

Картофельная похлебка

5-6 картофелин, 1 луковица, 1/2 головки чеснока, 3 лавровых листа, 1 ст. ложка укропа, 1 ст. ложка зелени петрушки, 6–8 горошин черного перца, 1,5 л воды, соль по вкусу.

В подсоленный кипяток положить измельченный лук, нарезанный кубиками картофель и варить до готовности картофеля. Пряности и пряную зелень внести соответственно за 5–7 и 2 мин до готовности.

Луковая похлебка

4-6 луковиц, 1 лук-порей, 1 петрушка, 1 сельдерей, 1 ст. ложка укропа, 4–6 горошин черного перца, 1,25 л воды, 1 ч. ложка соли.

Коренья нарезать соломкой, положить в кипящую воду. Репчатый лук и лук-порей порезать очень, очень мелко (но не колечками), перетереть с солью в фарфоровой посуде и засыпать в кипящий бульон. Положить перец. Когда лук распустится и бульон окрасится в зеленый цвет, посолить, засыпать измельченную пряную зелень и через 3 мин снять с огня. Закрыть, дать настояться в течение 5 мин.

ЯИЧНЫЕ И СЫРНЫЕ СУПЫ

Суп из крутых яиц (Израиль)

6 яиц, 4 стакана воды, сметана, соль.

Сварить яйца вкрутую, очистить их от скорлупы и нарезать кружочками. Отдельно влить в кастрюлю 4 стакана подсоленной воды, довести до кипения, затем снять кастрюлю с огня и

положить нарезанные яйца. Суп размешать и подать, добавив в каждую тарелку по 1–2 ст. ложки сметаны.

Зеленый суп с сыром (Голландия)

250 г стручковой фасоли, 4 стакана бульона, 2 стебля лука-порея, 1 головка репчатого лука, 1/2 кочана белокочанной капусты, 1 кочан цветной капусты, 1/2 стакана масла, зелень петрушки (пучок), 100 г тертого голландского сыра, соль.

Перебрать и промыть стручковую фасоль. Сварить ее в небольшом количестве воды, затем отцедить и размять вилкой. Влить в пюре 4 стакана бульона (по выбору) и варить при кипении.

Мелко нарезать лук-порей, головку репчатого лука, половину небольшого кочана белокочанной капусты, небольшой кочан цветной капусты, добавить 1/2 стакана масла и тушить 10 мин. Затем овощи положить в суп и варить до мягкости. Добавить мелко нарезанную зелень петрушки и тертый голландский сыр. Если суп слишком густой, добавить еще немного бульона.

Суп можно приготовить и из сухой фасоли, предварительно замочив ее в воде с вечера.

Суп из сыра с толчеными сухарями

100 г сыра, 50 г сливочного масла, 2–3 ст. ложки светлых толченых сухарей, 1 л мясного бульона, мускат, 2 яичных желтка, 80-100 г вареной ветчины, лук-резанец, укроп, соль.

Сыр натереть на терке. Масло размягчить и смешать с толчеными сухарями. В горячий бульон всыпать сухари и тертый сыр, довести до кипения, снять с плиты и посолить.

В сервировочной посуде перемешать растертые желтки, мелко нарезанную ветчину, рубленую зелень, все залить горячим супом и подать к столу.

Пьемонтский суп (Италия)

2 яйца, 4 ст. ложки толченых сухарей, 2 ст. ложки тертого сыра, черный молотый перец, мускатный орех, соль.

Взбить яйца с толчеными сухарями и тертым сыром. Добавить соль, черный перец и измельченный на терке мускатный орех. Набирать смесь ложкой, опускать в кастрюлю с кипящей водой (6–7 стаканов) и очень быстро размешивать. Варить суп при кипении 4–5 мин, не переставая его размешивать.

Подать горячим.

Суп с плавленым сыром

1 плавленый сырок, 2 картофелины, 2 луковицы, 1 ст. ложка перловой крупы, 1 ст. ложка сливочного масла, зелень укропа и петрушки, 3 стакана воды, соль по вкусу.

Перловую крупу перебрать, промыть и залить холодной водой на 3–4 часа, после чего слить воду. Крупу вновь залить водой, довести до кипения и варить 15–20 мин. В суп ввести нарезанный картофель, соль и проварить 10 мин, затем добавить спассерованный на сливочном масле репчатый лук, нарезанный кусочками плавленый сыр и проварить суп еще 7–8 мин.

Перед подачей в тарелки с супом положить рубленую зелень.

Суп из свежих огурцов с плавленым сыром

200 г огурцов, 50 г репчатого лука, 80 г плавленого сыра, 40 г сметаны, петрушка, молотый перец, 600 мл воды, соль по вкусу.

В кипящую воду положить мелко нарезанный плавленый сыр, соль, молотый перец и проварить смесь 2–3 мин. Полученной смесью залить нарезанные соломкой огурцы, смешанные с рубленым луком, добавить сметану, зелень петрушки.

Картофельный суп с плавленым сыром

4 картофелины, 200 г плавленого сыра, 2 луковицы, 2 ст. ложки рубленого укропа, соль по вкусу.

Картофель отварить в 2 л воды до готовности, отвар слить, а картофель протереть через сито, добавить растительное масло, рубленый репчатый лук. В отвар картофеля добавить плавленый сыр, картофельное пюре, соль, довести суп до кипения и подать с укропом.

Суп из моркови с плавленым сыром

7 шт. моркови, 200 г плавленого сыра, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки рубленого укропа, молотый перец, соль по вкусу.

Довести до кипения 2 л воды, добавить нарезанный кусочками плавленый сыр, соль, молотый перец и проварить смесь 2–3 мин. Этой смесью залить натертую на крупной терке морковь, добавить сметану, укроп.

Суп-лапша с плавленым сыром

100 г лапши, 1 морковь, 200 г плавленого сыра, 2 ст. ложки рубленого укропа, соль по вкусу.

Лапшу отварить в 2 л подсоленной воды, откинуть на дуршлаг. В отвар добавить нарезанный кусочками плавленый сыр и проварить его 2–3 мин. К натертой на крупной терке моркови, рубленому укропу, отварной лапше добавить горячий отвар с сыром.

Суп с сыром, молоком и перцем

200 г пшеничного хлеба, 40 г сливочного масла, 80 г тертого сыра, 2 стакана смеси молока и сливок, 20 г мелко рубленной зелени петрушки, 2 л мясного бульона, перец и соль по вкусу.

Ломтики пшеничного хлеба нарезать кубиками, обжарить на сливочном масле и положить их в мясной бульон. Поставить суп на слабый огонь и при медленном кипении варить 10 мин, затем добавить молоко и сливки и еще раз прокипятить. Снять с огня и, осторожно помешивая, добавить в него сыр, соль и перец. Посыпать рубленой зеленью петрушки и подать в горячем виде.

ГОРЯЧИЕ СУПЫ-ПЮРЕ

Суп-пюре может быть приготовлен из овощей, круп и бобовых, из мясных и рыбных продуктов.

Овощной суп-пюре готовят из одного или нескольких видов овощей, например из цветной капусты или моркови; из картофеля, моркови и репы.

Из круп на супы-пюре идут преимущественно рис и перловая крупа, из бобовых — фасоль, горох.

Мясные супы-пюре лучше всего приготовлять из домашней птицы или дичи.

Для рыбных супов можно рекомендовать карпа, корюшку, навагу, судака, треску и др.

Для приготовления супов-пюре овощи отваривают в небольшом количестве воды. Когда овощи сварятся, дают стечь воде, разминают их или протирают через сито. Бобовые содержат большое количество целлюлозы, поэтому, приготовляя из них пюре, необходимо протирать их через сито. Кладут часть указанных в рецептуре жиров, хорошо перемешивают и взбивают, пока пюре не приобретет вид пенистого крема. Разводят отваром овощей или отваром овощей и молоком, взятыми в равных количествах. Пюре из бобовых разводят только отваром. Дают супу вскипеть и добавляют остальной жир.

Суп-пюре из овощей, круп, бобовых можно готовить на отварах, полученных при варке этих продуктов, с добавлением в них молока. Можно их готовить и на мясном или курином бульоне, сваренном также, как для обычного мясного супа. Для супов-пюре из домашней птицы, дичи или рыбы используют бульоны, получаемые при варке этих продуктов.

Мясо, птицу, грибы для супов-пюре многократно пропускают через мясорубку, можно также протирать их в ступке до получения однородной массы.

Чтобы протертые продукты не осели в бульоне, в него добавляют мучную пассеровку (слегка поджаренную без масла или в масле муку) и проваривают в течение 20–30 мин.

По густоте суп-пюре должен напоминать сливки.

Перед подачей к столу в суп-пюре нужно положить кусочек сливочного масла и ложкой хорошенько размешать его. Масло придает супу приятный вкус и аппетитный вид.

Для повышения питательности в суп-пюре кроме масла можно добавить пастеризованные или кипяченые сливки или яичную заправку, которая приготовляется так: 2–3 яичных желтка отбить в маленькую кастрюлю и, непрерывно помешивая,

постепенно влить 3/4 стакана горячего молока или сливок, процедить через сито и добавить в суп, размешивая ложкой. При этом температура супа не должна превышать 70 °С, иначе он станет грубым и потеряет однородность вкуса.

Если суп-пюре сразу после приготовления почему-либо не будет подан к столу, то кастрюлю следует поставить на водяную баню, чтобы суп больше не кипел, но оставался горячим. Во избежание образования пенки или корочки на поверхность супа следует положить несколько тонких пластинок сливочного масла.

Супы-пюре следует подавать немедленно, иначе они слишком густеют. Загустевший суп-пюре можно разбавить кипящим молоком.

При подаче к столу рекомендуется положить в суп немного (приблизительно столовую ложку на тарелку) непротертых продуктов. Например, в тарелку с супом-пюре из цветной капусты положить 2–3 соцветия капусты, отваренные в подсоленной воде или бульоне; в суп-пюре из картофеля — свежий или консервированный зеленый горошек и т. д. К супу-пюре из домашней птицы или дичи рекомендуется оставлять для гарнира немного филе, которое нарезают соломкой.

Суп-пюре надо готовить всегда только на раз. К столу его подают в чашках, маленьких пиалах или мисочках. Порция составляет 250–300 г.

Ко всем супам-пюре подают гренки из белого хлеба, нарезанного маленькими кубиками и подсушенного в духовке или поджаренного на сковороде с маслом.

Приготовление гренков-кубиков: белую булку нарезать мелкими кубиками, выложить на лист и без жиров подсушить и подрумянить в духовке. Гренки подаются на отдельном блюде, и каждый накладывает себе в тарелку по вкусу. Если гренки заранее положить в суп, они размякнут и потеряют вкус.

К супу-пюре подают также гренки из белого пшеничного хлеба с тертым сыром, соленое печенье и др. Можно подать пирожки с различной начинкой: к супу из мясных продуктов и овощей — пирожки с мясом или капустой и яйцами, к супу из рыбы — расстегаи с вязигой или рыбой.

Готовый суп-пюре должен представлять собой однородную массу без комков заварившейся муки и кусочков непротертых продуктов. Рекомендуется после варки процедить суп через сито.

Цвет супа-пюре должен быть белым или соответствовать цвету продуктов, из которых он приготовлен; вкус его нежный, с хорошо выраженным ароматом введенных в него основных продуктов.

После заправки супы-пюре нельзя нагревать до температуры,

близкой к кипению, так как при этом разрушается эмульсия, образующаяся при заправке супов сливочным маслом, и оно выделяется на поверхность.

Суп-пюре заправляют также проваренной смесью сырых желтков и молока или сливок. Такой суп называют суп-крем. Заправку готовят так: желтки взбить веничком и, непрерывно помешивая, влить в них горячие сливки или молоко. Смесь поставить на огонь и постоянно мешать, не давая ей кипеть. Затем смесь процедить и влить в суп.

Многие супы-пюре готовят на белом соусе с добавлением мясного, овощного или грибного бульона. Для приготовления белого соуса, служащего основой для супа, на 5 порций надо взять 50 г сливочного масла, 150 г пшеничной муки, 1 стебель лука-порея, 1,5 л бульона. Лук спассеровать, добавить муку. Когда мука слегка поджарится, влить бульон, размешать и дать закипеть. Сваренные овощи протереть, смешать с соусом и заправить смесью из яичных желтков и сливок или молока. Подать такой суп можно с разнообразными гарнирами.

Если суп готовят из овощей, содержащих кислоту, например из помидоров, пассерованную муку заливают горячим молоком, хорошо размешивают, кипятят 10–15 мин и затем смешивают с бульоном и овощами. Это сохраняет молоко от свертывания.

Супы-кремы легко усваиваются организмом, их просто готовить, и потому они должны время от времени появляться в нашем будничном меню. Да и к праздничному столу вполне подойдут некоторые супы-пюре с пикантным вкусом — из сельдерея, спаржи, креветок и др.

МЯСНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ

Супы-пюре с говядиной, телятиной

Мясной суп-пюре

500 г телятины с косточкой или курятины (либо 200 г мякоти), 1 л воды, 1 маленькая морковь, 1 корень петрушки, лук-порей или небольшая головка репчатого лука, 40 г сливочного масла, 1,5 ст. ложки пшеничной муки, 100 г сливок или 1 яичный желток и 3–4 ст. ложки молока, укроп или зелень петрушки, соль.

Мясо отварить с кореньями и луком, затем 2–3 раза пропустить через мясорубку. Чтобы пюре получилось нежнее,

мясо можно, кроме того, протереть и сквозь сито. Из муки, масла и бульона приготовить светлый соус, смешать его с мясным пюре, добавить бульон и варить несколько минут вместе.

К столу подать со сливками или яично-молочной смесью. В суп можно положить и красиво нарезанные кусочки отварного мяса.

Суп-пюре из овощей с гренками

1 кг мяса с костью, 3–3,5 л воды, 1 кг картофеля, по 150 г моркови и брюквы, 40 г петрушки, по 50 г сельдерея, репчатого лука и лука-порея, 60 г муки, 90 г жира, 30 г сливочного масла, 125 г белого хлеба для гренок, соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана сливок или 1,75 стакана молока, 1 яйцо (желток), 30 г сливочного масла.

Поставить варить мясной бульон. Через 2–3 часа нашинкованные морковь, брюкву, петрушку, сельдерей, лук-порей и репчатый лук слегка обжарить на жире, опустить в бульон и варить 15–25 мин до готовности. Затем протереть их через сито. Приготовить мучную пассеровку, развести ее бульоном до консистенции сметаны, добавить протертые овощи, все перемешать и соединить с оставшимся бульоном. Суп кипятить 10–15 мин, помешивая от дна, снять с огня, ввести в него льезон из желтка, сливок и сливочного масла и заправить солью.

К супу подать гренки из белого хлеба в виде мелких кубиков.

Отваренное мясо можно нарезать и положить в суп или подать на второе.

Этот суп можно приготовить на костном бульоне, а также на воде (вегетарианский).

Суп-пюре из корнеплодов, картофеля и тыквы

1 кг мяса с костью, 4–4,5 л воды, 600 г тыквы, около 1 кг картофеля, 50 г репчатого лука, 40 г лука-порея, по 75 г моркови и брюквы, 50 г петрушки, 40 г сельдерея, 60 г пшеничной муки, 60 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана сливок или 1,75 стакана молока, 1 яйцо (желток), 30 г сливочного масла.

Приготовляется так же, как указано в предыдущем рецепте. Разница заключается в том, что в суп добавляется тыква, которая сначала слегка обжаривается, а затем тушится вместе с кореньями.

Картофельный суп-пюре с пирожками

500 г мяса, 6 картофелин, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 яйцо, 1/2 стакана сметаны, соль.

Для пирожков: 2 стакана пшеничной муки, 1 яйцо, 1 стакан воды, 1/2 стакана молока, 20 г дрожжей, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки сахара, соль, 8 тарелок воды.

Для фарша: 250 г говядины, 2 луковицы, 1 ст. ложка масла, укроп, перец, соль.

Сварить мясной бульон с добавлением корня петрушки, моркови и лука. Мясо вынуть, а в бульон положить картофель и сварить его до готовности. Бульон процедить и добавить протертые коренья и картофель. Заправить мукой, поджаренной на масле и разведенной бульоном, посолить по вкусу.

Перед подачей к столу растереть желток со сметаной и заправить этой смесью суп. Готовый суп подать с пирожками.

Для приготовления пирожков замесить дрожжевое тесто: в теплой воде развести дрожжи, добавить половину чайной ложки сахара, по вкусу соль и всыпать столько муки, чтобы тесто напоминало консистенцию сметаны.

Посуду с приготовленной опарой поместить в теплое место для подъема. Яйца растереть в пену с оставшимся сахаром, влить молоко, растопленное масло и хорошо размешать. Когда опара увеличится в два раза, соединить все вместе, добавить оставшуюся муку, хорошо вымесить и дать после этого тесту дважды подойти.

За время подъема теста нужно приготовить мясной фарш с таким расчетом, чтобы сразу приступить к разделке пирожков, как только будет готово тесто. Для фарша предварительно сваренное мясо пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать, обжарить в масле до золотистого оттенка, смешать с мясом, прожарить, добавить соль, перец, укроп, столовую ложку масла, а если фарш недостаточно сочный, — 1–2 ст. ложки бульона.

Готовое опарное тесто выложить на доску, посыпанную мукой, скатать его в виде жгута, нарезать на кусочки длиной 4 см, сформовать шарики и дать им немного подойти. Затем каждый шарик раскатать в виде лепешки, положить на нее начинку, соединить края теста и защипнуть.

Разделанные пирожки уложить швом вниз на смазанный маслом противень на расстоянии 2 см один от другого и поставить на 15 мин в теплое место для подъема. После этого пирожки смазать взбитым яйцом и выпечь в духовке. Чтобы корочка не затвердела, готовые пирожки накрыть полотенцем.

Суп-пюре из свежих помидоров

600 г мяса, 500 г помидоров, 1 луковица, 1 морковь (крупная), небольшой кусочек корешка петрушки, 1 ст. ложка топленого масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 200 г сметаны, 2 желтка, соль по вкусу, 8-10 тарелок воды.

Помидоры нарезать на части, положить в кастрюлю, накрыть крышкой и поставить тушить до мягкости на слабом огне в собственном соку. Мясо залить водой и поставить варить бульон. Коренья и лук мелко порубить, положить в кастрюлю, добавить топленое масло, закрыть крышкой и тушить до золотистого цвета. Затем добавить коренья и лук в тушеные помидоры и тушить вместе до тех пор, пока томат не станет темно-красным. Тогда добавить масло и немного муки. За полчаса до обеда протереть всю массу через дуршлаг, часто поливая бульоном. Соединить с бульоном и, помешивая, проварить суп до густоты. Перед самой подачей супа размешать желтки со сметаной и заправить ими суп, не давая ему кипеть, иначе желтки свернутся и суп будет испорчен.

Суп-пюре из томатов и блинчатые пирожки с мозгами

600 г мяса, 100 г сливочного масла, 1 кг помидоров.

Для льезона: 3 желтка, 1 ст. ложка сливочного масла, 1/2 стакана сливок, 100 г пшеничной муки.

Для пирожков: 200 г пшеничной муки, 2 яйца, 1 ч. ложка сливочного масла, 1/2 л молока, 2 яйца для панировки, 1/2 стакана панировочных сухарей, 2 стакана

фритюра, сахар и соль по вкусу.

Для фарша из мозгов: 400 г мозгов, 1 луковица, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 яйцо, 3 ст. ложки сметаны, перец и соль по вкусу.

Сварить бульон. Масло и муку растереть и постепенно разбавить всем количеством процеженного бульона. Помидоры нарезать, сварить до мягкости, протереть через сито и добавить в бульон. Проварить все вместе.

Перед подачей влить в суп льезон из желтков, растертых со сливками и 1 ст. ложкой сливочного масла. После введения льезона суп кипятить нельзя, так как желтки свернутся и суп будет испорчен.

Приготовление пирожков: смешать желтки с молоком, растопленным маслом, сахаром и солью. Муку всыпать в кастрюлю, постепенно развести полученной смесью, растирая таким образом, чтобы не было комков. Белки взбить в крепкую пену и осторожно ввести в тесто. Сковороду хорошо разогреть, смазать куском свиного сала, насаженного на вилку. Влить небольшое количество теста (блинчики должны быть тонкими), встряхнуть сковороду так, чтобы тесто покрыло всю сковороду. Поставить на огонь и печь блин несколько минут сначала с одной стороны, затем с другой. Готовые блинчики складывать на перевернутую вверх дном глубокую тарелку.

Готовые блинчики разложить на доске, обрезать со всех сторон, придав им форму квадратов, смазать каждый тонким слоем фарша, скатать рулетами, обвалять в яйцах, затем в сухарях и изжарить в кипящем фритюре. Подавать к супу горячими.

Приготовление фарша: очищенные от пленок мозги сварить в подсоленном кипятке, мелко порубить, смешать с жареным луком, сметаной и яйцом. Поперчить и посолить по вкусу.

Суп-пюре из гороха

500 г говядины с костями, 300 г сушеного гороха, 1 морковь, 1 лук-порей, 1 ломтик корня сельдерея, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка сливочного масла, перец черный (10 горошин), лавровый лист, соль.

Из говядины сварить бульон, добавив в него коренья, соль, пряности и предварительно замоченный в воде горох. Когда все

сварится, мясо вынуть, бульон процедить, горох и коренья протереть через сито и вновь соединить с бульоном. Муку спассеровать, разбавить бульоном и ввести в суп.

Такой суп рекомендуется подавать с гренками из белого или черного хлеба.

Суп-пюре из сушеного зеленого горошка

1 кг мяса с костью, 3–4 л воды, 480 г сушеного зеленого горошка, 180 г репчатого лука, 60 г кореньев (моркови, сельдерея, петрушки), 60 г муки, 90 г жира, 125 г белого хлеба для гренков, сахар и соль по вкусу.

Горошек перебрать, хорошо промыть в теплой воде и на 4–5 часов залить холодной водой для набухания. Сварить костномясной бульон.

Набухший горох залить частью процеженного бульона или водой, в которой он набухал, и варить 2–2,5 часа. В середине варки добавить слегка обжаренный репчатый лук. Приготовить мучную пассеровку, развести ее процеженным бульоном, положить разварившийся и протертый горох и варить 8-10 мин при слабом кипении, изредка снимая накипь и помешивая от дна. Готовый суп заправить по вкусу солью и сахаром.

При подаче к столу положить в тарелки с супом обжаренные гренки (кубиками).

При желании в суп можно добавить ветчину. Вареное мясо можно использовать для приготовления пирожков или вторых блюд.

Из зеленого горошка можно приготовить вегетарианский суп-пюре с топленым или растительным маслом.

Суп-пюре из чечевицы

1 кг мяса с костью, 3,5–4 л воды, 480 г чечевицы, 150 г репчатого лука, 60 г муки, 90 г жира, 60 г кореньев, 2 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как указано в предыдущем рецепте. Следует учесть, что чечевица требует очень тщательной промывки. Варить ее рекомендуется с лавровым листом и душистым перцем горошком. Суп-пюре из чечевицы можно варить и на костном бульоне или на воде. Замачивать чечевицу следует

не более чем на 3 часа.

Суп-пюре из фасоли или сои

1 кг мяса с костью, 3,5–4 л воды, 500 г фасоли или сои, 120 г репчатого лука, 50 г лука-порея, по 50 г корня петрушки и сельдерея, 30 г пшеничной муки, 50 г жира, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как суп-пюре из сушеного зеленого горошка (см. выше). Фасоль замочить на 6–8 часов и варить в бульоне. В отваренную фасоль кроме репчатого лука положить слегка обжаренные коренья — петрушку, сельдерей и лук-порей.

Сою замачивать 12–16 часов (воду менять) и варить 5–8 часов.

Суп-пюре из перловой крупы

500 г мяса, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 100 г перловой крупы, соль по вкусу.

Сварить бульон без кореньев. Перловую крупу разварить отдельно в воде (воды по объему должно быть в 3 раза больше, чем крупы), протереть через сито. Неполную столовую ложку муки и масло растереть, посолить, разбавить 2 стаканами бульона и соединить с остальным бульоном. Кипятить 30–40 мин, затем соединить с протертой перловой крупой, хорошо размешать и дать супу еще покипеть.

Перед подачей разболтать 1 полную чайную ложку муки с холодной водой, вылить в суп и, помешивая, довести до кипения.

Суп-пюре из риса и овсяной крупы

1 кг мяса с костью, 3–3,5 л воды, 300 г риса, 60 г лука-порея (белая часть) или 80 г репчатого лука, 60 г кореньев, 50 г жира, сахар и соль по вкусу.

Для льезона: 1,75 стакана молока или 3/4 стакана сливок, 20–30 г сливочного масла, 1 яйцо (желток).

Приготовляется так же, как указано в предыдущем рецепте.

Разница заключается в том, что рис не замачивают в воде для набухания, а сразу отваривают.

Так же приготовляется суп-пюре из овсяной крупы.

Супы-пюре из субпродуктов

Суп-пюре из печенки

200 г печенки (говяжьей, телячьей, куриной, индюшачьей, гусиной), 1 л воды, 1–2 моркови, 1 корень петрушки, лук-порей или репчатый лук, 50 г сливочного масла, 1,5 ст. ложки муки, перец, лимонный сок, немного сахара, 100 г сливок или молока, зелень, соль.

Печенку мелко нарезать и потушить с кореньями и луком в небольшом количестве жидкости. Нельзя тушить слишком долго, иначе печенка станет жесткой. Затем пропустить печенку и коренья 2 раза через мясорубку и протереть через сито. Из муки, масла и жидкости, в которой тушилась печенка, приготовить соус, добавить пюре и нужное количество жидкости, варить несколько минут и посолить.

Сливки или яично-молочную смесь положить в суп перед подачей к столу.

Льезонный суп-пюре из печенки

500 г телячьей или куриной печенки, 4–5 л воды, 200 г репчатого лука, 200 г моркови, 100 г петрушки, 200 г сливочного масла, 200 г пшеничной муки, соль по вкусу.

Для льезона: 1/2 стакана сливок или 2,5 стакана молока, 50 г сливочного масла, 2 яйца (желтки).

Телячью или куриную печенку вымочить в холодной воде, очистить от желчи и нарезать мелкими кусочками. Репчатый лук, морковь и петрушку тонко нашинковать, обжарить до желтого цвета, добавить к ним печенку и снова все обжарить. Затем массу охладить, пропустить 3–4 раза через мелкую решетку мясорубки, потолочь в ступке, подливая немного горячей воды, и протереть через сито.

Приготовить мучную пассеровку, развести ее горячей кипяченой водой, проварить 10–15 мин, снимая накипь и мешая

от дна, и постепенно влить в печенку. Суп посолить и прокипятить 5–8 мин. Затем снять его с огня, заправить льезоном из яичного желтка, сливок и сливочного масла, окончательно посолить.

Суп можно приготовить также на костном или мясокостном бульоне.

Суп-пюре из говяжьей или телячьей печенки

400 г печенки, 500–600 г мяса 3-го сорта для бульона, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, по 1 шт. моркови, корня петрушки, лука-порея.

Для заправки: 2 яйца, 1 стакан сливок или молока.

Печенку (телячью или говяжью) очистить от пленок и желчных протоков, вымыть и нарезать в виде маленьких кубиков. Затем слегка обжарить печенку на масле вместе с тонко нарезанными кореньями и луком-пореем и поставить тушить на 30–40 мин (под крышкой), прибавив 1/2 стакана воды или бульона. После этого 2–3 раза пропустить печенку через мясорубку с частой решеткой и протереть через сито.

Одновременно отдельно приготовить белый соус. Для этого муку, предварительно немного поджаренную с 2 ст. ложками масла, развести 4 стаканами бульона и варить в течение 20–30 мин. Затем соус процедить, прибавить протертую печенку, перемешать и довести суп до кипения (если суп получается густой, добавить бульон). После этого суп заправить яичными желтками, смешанными со сливками (или молоком) и кусочками масла.

К супу подать мелко нарезанные гренки.

Суп-пюре из мозгов

400 г мозгов, 75 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 1 л молока, 250 г сливок, 100 г гренков.

Обработанные, припущенные говяжьи, телячьи или бараньи мозги протереть вместе с бульоном через сито, соединить с молочным соусом и довести до кипения, добавить бульон для придания супу необходимой консистенции. Заправить суп сливками.

В тарелку с супом положить гренки или подать их отдельно на тарелке.

СУПЫ-ПЮРЕ С ДОМАШНЕЙ ПТИЦЕЙ, ДИЧЬЮ

Куриные супы-пюре

Суп-пюре из курицы

1 курица, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки.

Для заправки: 2 яйца, 1 стакан сливок ши молока.

Сварить курицу, отделить мясо от костей, оставить одно филе для гарнира, а остальное мясо пропустить 2–3 раза через мясорубку и, добавив 2–3 ст. ложки холодного бульона, протереть через сито.

Муку поджарить с 2 ст. ложками масла, развести 4 стаканами горячего бульона и проварить в течение 20–30 мин. Полученный соус процедить, положить в него приготовленное из курицы пюре, перемешать и, если суп получается очень густым, разбавить горячим бульоном и довести до кипения. Затем снять с огня, посолить, заправить сливочным маслом и яичными желтками, смешанными с молоком.

При подаче к столу положить в суп мелко нарезанное филе. Отдельно подать гренки.

Так же можно приготовить суп-пюре из кролика.

Суп-пюре из свежих огурцов с сырными палочками

1 курица, 8 свежих огурцов средней величины, 200 г сливочного масла, 1 ч. ложка пшеничной муки, 2 желтка, 1,5 стакана сливок.

Для шпинатной эссенции: 400 г шпината.

Для сырных палочек: 200 г сливочного масла, 200 г пшеничной муки, 1/2 стакана воды, 50 г тертого острого сыра, 1 яйцо.

Поставить варить курицу без кореньев. Свежие огурцы очистить от кожи, нарезать тонкими кружками, сложить в

неглубокую кастрюлю, добавить 1 ч. ложку масла, немного бульона и, закрыв крышкой, тушить до мягкости. Ложку муки и ложку масла разбавить бульоном от огурцов и вылить в кастрюлю с огурцами. Вскипятить несколько раз, протереть через сито, огуречные зернышки положить в бульон. Получившееся пюре поставить на пар.

Когда курица сварится, соединить бульон с пюре, прокипятить, заправить сливками, смешанными с желтками, опустить в него нарезанное крупными кубиками вареное куриное мясо, ломтики вареных огурцов, кусок сливочного масла.

Заправить суп шпинатной эссенцией, чтобы окрасить его в зеленый цвет.

Приготовление эссенции: шпинат провернуть через мясорубку, влить 1 стакан воды и хорошо отжать, в оставшиеся волокна шпината снова влить 1 стакан воды и снова отжать и так делать до тех пор, пока волокна не станут совсем белыми. Полученную жидкость поставить на огонь и, как только она хорошо прогреется (как бы свернется и станет желтоватого цвета) и сверху будут плавать зеленые комочки, осторожно снять их ложкой и ими подкрасить суп до нужного зеленого цвета.

Приготовление сырных палочек: приготовить слоеное тесто. Раскатав тесто 6-й раз, обильно посыпать его тертым сыром, свернуть, как обычно, втрое и поставить на 20 мин в холодильник. Вынуть, раскатать 7-й раз в пласт толщиной в полпальца, смазать взбитым яйцом, посыпать оставшимся сыром. Затем длинным ножом, смоченным горячей водой, нарезать полоски шириной 3 см, длиной 7 см, положить на смоченный холодной водой лист и поставить в хорошо нагретую духовку.

Когда пирожки хорошо подрумянятся и будут свободно сходить с листа, снять их, сложить в форме колодца на плоскую тарелку и подавать.

Суп-пюре из цыпленка и спаржи (Швейцария)

1 л белого соуса, 100 г пюре из мяса цыпленка, 100 г пюре из спаржи, 100 г пюре из салата эскариоль, 300 мл бульона, 100 г отваренной спаржи, 50 г щавеля, 100 г сливок, 50 г сливочного масла, соль.

Приготовленный белый соус соединить с пюре (фаршем) из мяса цыпленка, пюре из спаржи и пюре из салата. Смесь развести куриным бульоном и протереть через сито. В качестве гарнира в суп положить головки спаржи и щавель, нарезанный соломкой.

Суп заправить сливками и сливочным маслом.

Суп-пюре из цыпленка с помидорами и равиоли (Италия)

1 л белого соуса, 400 г пюре из мяса цыпленка, 150 г помидоров, 100 г сливок, 150 г равиоли с начинкой из шпината и гусиной печени, 2 яйца, 50 г сливочного масла, соль.

В белый соус ввести пюре (фарш) из мяса цыпленка и гарнир: равиоли и помидоры. Для равиоли (мелкие пельмени по-итальянски) приготовить начинку из шпината, гусиной печени и грибов, отваренных и нарезанных мелкими кусочками. Помидоры (без кожицы) нарезать соломкой. Суп заправить горячими сливками, желтками и сливочным маслом. Подсолить.

Суп-крем из цыпленка

Тушка цыпленка, 1–2 моркови, 2–3 корня петрушки, 1 ломтик сельдерея, 3 ст. ложки пшеничной муки (без верха), 3–4 ст. ложки сливочного масла, 1/2 ч. ложки черного молотого перца, 1–2 яйца, лимонный сок или винная кислота, соль.

Подготовленную тушку цыпленка разрубить на куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения. Затем посолить, положить морковь, корешки петрушки и ломтик сельдерея. Готового цыпленка вынуть, отделить мясо от костей и пропустить его через мясорубку. Спассеровать муку со сливочным маслом. Пассеровку развести процеженным бульоном и положить молотое мясо, добавить перец. Варить суп при кипении на слабом огне 8-10 мин. Затем заправить яйцами и лимонным соком или винной кислотой.

Весенний суп-пюре

1 л мясного или куриного бульона, 200 г зеленого салата или листьев одуванчика, 1 небольшой лук-порей, 200 г шпината и листьев сныти, зелень петрушки, 50 г сливочного масла или маргарина, сок, отжатый из половины лимона, или кислый яблочный сок, перец, соль.

Лук-порей измельчить и обжарить в растопленном масле. Зелень тщательно промыть, отсушить хозяйственной бумагой, нарубить ножом из нержавеющей стали и тушить вместе с луком-пореем около 10 мин. Добавить бульон и подержать на огне пол крышкой 10 мин, не доводя до кипения.

Приготовить пюре при помощи миксера, добавить лимонный сок, соль и перец.

К супу подать гренки из белого хлеба.

Суп-пюре из щавеля и шпината на курином бульоне

3 стакана куриного бульона, 500 г щавеля и шпината, 1–2 головки репчатого лука, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 стакан сливок, мускатный орех, соль.

Щавель и шпинат отварить с мелко нарезанным луком в небольшом количестве воды, затем протереть через сито. В кастрюле растопить сливочное масло, всыпать в него муку, добавить соль, тщательно все перемешать, тонкой струйкой влить куриный бульон при непрерывном помешивании, дать бульону закипеть, после чего добавить протертые овощи. Полученную массу поварить 10 мин на медленном огне, добавить в нее сливки и мускатный орех (по вкусу).

При подаче супа в каждую тарелку положить ломтик лимона и мелко натертый яичный желток.

Суп-пюре из зеленого горошка на курином бульоне

4 стакана куриного бульона, 400 г зеленого горошка (свежего или консервированного), 50 г салата, 3 ст. ложки сливочного масла, 3 шт. лука-порея, 1 ч. ложка сахара, корица, молотый черный перец, соль.

В кастрюлю положить зеленый горошек, салат, лук, сахар, соль, перец и корицу (на кончике ножа), залить все бульоном и поставить на сильный огонь. Когда бульон закипит, огонь уменьшить и варить горошек на медленном огне до полной готовности. После этого бульон слить, горошек протереть через сито. Протертый горошек смешать с бульоном, добавить соль, сливочное масло, все прокипятить.

При подаче супа в каждую тарелку положить немного непротертого горошка.

Суп-пюре на курином бульоне с кнелями

Куриный бульон, 100 г пшеничной муки, 100 г сливочного масла, 1/2 л молока, 1 яйцо.

Для кнелей: 250 г курицы, 125 мл молока, 25 г яиц (белки), 20 г сливочного масла, 75 г шампиньонов, 10 г томата-пасты, 35 г шпината или зеленого горошка.

Приготовить белый соус на курином бульоне. По готовности соус процедить, смешать с бульоном, вновь довести до кипения, заправить смесью из яичных желтков и молока, положить кусочки сливочного масла и размешать.

В качестве гарнира в суп положить маленькие кнели из куриного мяса со шпинатом или зеленым горошком, с шампиньонами, с томатом и натуральные (10–12 шт. на порцию).

Суп-пюре из куриного мяса и зеленого салата

1,2 л куриного бульона, 450 г пюре (фарша) из куриного мяса, 250 г пюре из зеленого салата, 50 г зеленого салата для гарнира, 150 г кнелей из куриного мяса, 50 г сливочного масла, 100 г сливок.

Куриное мясо несколько раз провернуть через мясорубку, посолить и хорошо вымесить. Зеленый салат отварить в подсоленной воде, отцедить и растереть до однородной массы. Оба пюре соединить, хорошо размешать и развести горячим куриным бульоном. В качестве гарнира в суп положить нарезанный соломкой отваренный в воде зеленый салат и мелкие куриные кнели, сваренные в бульоне. Суп заправить сливками и сливочным маслом, подсолить.

Суп-пюре из куриного мяса с рисом (Австрия)

1,2 л белого соуса, 100 г пюре из куриного мяса, 100 г пюре из риса, 200 мл бульона, 150 г куриного мяса, 100 г сливок, 50 г сливочного масла, соль.

В приготовленный белый соус ввести пюре (фарш) из куриного мяса и пюре из хорошо разваренного и протертого через сито риса. Смесь развести куриным бульоном. В качестве гарнира

положить кусочки отваренного куриного мяса. Горячий суп заправить горячими сливками и сливочным маслом. Если надо, подсолить.

Суп-пюре из куриного мяса и овощей (Германия)

1,2 л белого соуса на курином бульоне, 200 г пюре из лука и риса, 100 г кнелей из куриного мяса, 200 г овощей, 100 г сливок, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, соль.

Белый соус приготовить на курином бульоне, в него прибавить пюре из лука и риса и развести куриным бульоном. В качестве гарнира в суп положить мелкие кнели, приготовленные из куриного мяса с мелко нарезанными петрушкой, морковью, сельдереем и репой, отваренные в воде. Оставшиеся овощи, сваренные отдельно в подсоленной воде, мелко нарезать и тоже положить в суп. Туда же добавить зерна зеленого горошка. Горячий суп заправить горячими сливками и сливочным маслом. При подаче суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и подсолить.

Суп-пюре из куриной печенки

Норма продуктов — произвольная.

Куриную печенку нарезать мелкими кусочками, слегка поджарить вместе с пассерованными кореньями и репчатым луком, а затем припустить до готовности. Готовые продукты протереть при помощи протирочной машины или через сито. Одновременно приготовить белый соус, проварить его в течение 15–20 мин.

Готовый соус соединить с протертой печенкой, тщательно размешать до образования однородной массы и дать прокипеть 5-10 мин, затем процедить.

Заправить суп смесью из яичных желтков и молока и кусочками сливочного масла.

Отдельно подать гренки.

Супы-пюре из разной домашней птицы и дичи

Суп-пюре из птицы

400 г птицы, 50 г моркови, 100 г репчатого лука, 50 г петрушки, 100 г пшеничной муки, 100 г сливочного масла, 400 мл молока, 2–3 желтка, 2 л воды.

Птицу (курицу, индейку, утку) отварить, мякоть отделить от костей. Отварное филе нарезать соломкой, залить небольшим количеством бульона, дополнительно проварить 5-10 мин. Остальную мякоть пропустить через мясорубку с частой решеткой и протереть.

Из бульона и пассерованной муки приготовить белый соус, процедить его, соединить с протертой массой и довести до кипения. Готовый суп заправить смесью из яичных желтков и молока, кусочками сливочного масла.

В тарелку положить нарезанное соломкой филе птицы. Отдельно подать гренки из пшеничного хлеба.

Суп-пюре из птицы с каштанами (Франция)

500 г обжаренного мяса птицы, 40 шт. каштанов, 3 стакана бульона, молока или воды, 60 г гренков.

Каштаны обжарить в течение 15 мин на противне в нагретой до 170 °С духовке, изредка встряхивая, чтобы не пригорели. Очистить их от кожуры и кожицы, положить в кастрюлю, закрыть крышкой и варить на слабом огне в бульоне, молоке или воде в течение 2 часов (до размягчения). Сваренные каштаны протереть через сито, вместе с ними протереть и пропущенное через мясорубку мясо птицы. Смешать протертую массу с бульоном, посолить по вкусу, подогреть и подать с гренками.

Суп-пюре из курицы, индейки, кролика

1 кг курицы, 3–3,5 л воды, по 60 г репчатого лука, моркови и сельдерея, 150 г пшеничной муки, 120–150 г сливочного масла, 1 яйцо, 3/4 стакана сливок или 1,75 стакана молока, сахар и соль по вкусу.

Обработанную курицу положить в кастрюлю, запить холодной водой, довести до кипения, постоянно снимая накипь, посолить, добавить очищенные крупно нарезанные коренья, репчатый лук и при слабом кипении варить 45–90 мин. У разварившейся курицы снять мякоть, а кости опустить опять в бульон и варить еще около 1 часа при слабом кипении. Мякоть

курицы пропустить несколько раз через мелкую решетку мясорубки, потолочь в ступке с небольшим количеством жирного бульона и растереть, а затем протереть через частое сито. Положить в нее сырой яичный желток, сливки или молоко, сливочное масло, все перемешать, кастрюлю закрыть крышкой и поставить в холодное место.

Приготовить мучную пассеровку, развести ее бульоном и кипятить 20–30 мин на слабом огне, изредка снимая накипь и помешивая от дна. Затем суп процедить, вскипятить, снять с огня и ввести в него, мешая, протертую мякоть курицы. Готовый суп заправить по вкусу солью и сахаром.

Хранить горячий суп надо на водяной бане. Чтобы на нем не образовалось пенки, по поверхности супа рекомендуется разложить плоские кусочки сливочного масла.

Так же приготовляются супы-пюре из индейки и кролика.

Суп-пюре из дичи с кореньями

1 кг дичи, 4–4,5 л воды, 80 г репчатого лука, 160 г моркови, 80 г корня сельдерея, 200 г пшеничной муки, 200 г сливочного масла, 2 яйца, 1 стакан сливок или 2 стакана молока, сахар и соль по вкусу.

Приготовляют так же, как указано в предыдущем рецепте. При обработке у птицы удаляют позвоночник. Перед варкой птицу и коренья обжаривают. Для мучной пассеровки муку обжаривают до желтого цвета.

В суп-пюре из дичи можно добавить костный бульон.

Суп-пюре из дичи с белым соусом

2 серые куропатки (или 1 тетерев, или 1 фазан, или 2 белые куропатки), 120 г пшеничной муки, 120 г сливочного масла, 450 мл молока или сливок, 1 желток.

Обработанную дичь (рябчика, фазана, тетерева, куропатку и др.) слегка обжарить с маслом (для большей ароматизации супа) и сварить. У готовой дичи отделить мясо от костей. Оставить 50–60 г филе для гарнира, а остальное мясо измельчить и пропустить через протирочную машину или растереть в ступке. Добавить в протертую массу холодный бульон до получения кашеобразной консистенции. Приготовленное таким образом пюре до употребления хранить в холодильнике.

Одновременно приготовить белый соус на бульоне из дичи, добавить кости дичи и варить 20–25 мин. Затем соус процедить, присоединить к нему пюре из дичи и вновь довести до кипения.

Заправить суп смесью из яичных желтков и молока, маслом и солью.

При подаче в тарелку с супом положить филе дичи, нарезанное короткой соломкой, или кнели, разделанные при помощи двух чайных ложек.

Суп-пюре из дичи на мясном бульоне

1 фазан или 1 тетерев (или 2 рябчика, или 2 куропатки) и 500–600 г мяса 3-го сорта для бульона, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, по 1 шт. моркови, петрушки и лука-порея.

Для заправки: 2 яйца, 1 стакан сливок или молока.

Подготовленную птицу (фазана, тетерева, рябчика, куропатку) сначала обжарить, а потом варить 20–30 мин в мясном бульоне с кореньями и луком-пореем; при этом дичь лучше сохранит свойственный ей аромат и вкус. Мясо готовой дичи отделить от костей, оставить для гарнира часть филе, а остальное мясо пропустить 2–3 раза через мясорубку, добавить 2–3 ст. ложки холодного бульона, перемешать и протереть через сито.

Дальше готовить суп, а также заправлять и подавать его так же, как суп-пюре из курицы.

СУПЫ-ПЮРЕ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

Рыбные супы-пюре

Суп-пюре из рыбы

750 г рыбы, 2 ст. ложки пшеничной муки, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 стакана молока, 1 морковь, 1 корешок петрушки, 2 луковицы, соль.

Рыбу очистить, промыть, отделить мясо от костей. Кости с кореньями и луком поставить варить для бульона. Мякоть рыбы нарезать кусочками и тушить с маслом и мелко нарубленным луком. В кастрюле слегка поджарить 2 ст. ложки муки с 2 ст.

ложками масла, развести 4 стаканами рыбного бульона, вскипятить, положить подготовленную рыбу и варить 15–20 мин. После варки процедить и протереть через сито, развести горячим молоком, по вкусу положить соль и заправить маслом. При желании прибавить яичные желтки, смешанные с молоком.

Подавать суп можно с кусочками рыбы или с фрикадельками. Для приготовления фрикаделек оставить 100 г рыбного филе. Отдельно подать гренки.

Этот суп можно приготовить из карпа, корюшки, наваги, трески, судака, кеты и другой рыбы.

Суп-пюре из рыбы с кнелями

350 г филе рыбы, 100 г сливочного масла, 75 г пшеничной муки, 1 л молока, 750 мл рыбного бульона, 250 г сливок, 25 г корня сельдерея, соль.

Для кнельной массы: 100 г филе рыбы, 30 г пшеничного хлеба (мякиш), 60 мл молока, 1/2 яичного белка.

Филе рыбы припустить с маслом и веточкой сельдерея. Готовую рыбу протереть на протирочной машине или вручную, растереть в ступке до кашеобразной консистенции, добавляя рыбный бульон или белый соус, и процедить массу через сито.

Пюре соединить с процеженным белым или молочным соусом, нагреть до кипения, добавить рыбный бульон или молоко для придания супу необходимой консистенции. Суп заправить сливками и солью.

При подаче в суп положить кнели в форме раковых шеек, приготовленные из кнельной массы.

Такой суп-пюре можно приготовить из трески, судака, карпа, кефали и др.

Суп-пюре из рыбы с овощами

1 кг рыбы, 3 л воды, 90 г сливочного масла, 100 г муки, 60 г репчатого лука, 50 г петрушки и сельдерея, соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана сливок или 1,5 стакана молока, 30 г сливочного масла, 1 яйцо (желток).

Филе рыбы (трески, судака, карпа, кефали, кеты и др.) нарезать кусками, уложить в подмасленный сотейник, сверху положить ломтики лука, петрушки и сельдерея, слегка посолить, подлить немного воды, накрыть крышкой и варить до готовности. Из костей и кожи рыбы сварить рыбный бульон. Приготовить мучную пассеровку, развести ее процеженным рыбным бульоном и проварить 10–15 мин.

Сварившуюся рыбу, за исключением нескольких кусков, пропустить 3–4 раза через мясорубку, подливая в нее немного бульона, истолочь в ступке, протереть через сито и влить в разведенную мучную пассеровку. Суп хорошо перемешать и кипятить 5–8 мин, снимая накипь и мешая от дна. Затем суп снять с огня, ввести в него льезон из желтка, сливок и сливочного масла и заправить солью.

При подаче к столу в тарелку положить маленькие кусочки рыбы и залить их супом.

Можно также приготовить фрикадельки из рыбы, положить их в тарелку и залить супом.

Рыбный суп-пюре с овощами по-кубински

200 г рыбного филе или 500 г целых рыб, 1 л воды, лавровый лист, коренья (лук-порей, репчатый лук, петрушка), 30 г свиного сала, растительного или сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 100 г консервированного горошка, 2 моркови, 2 картофелины, молоко, сахар, зелень, черный перец горошком, соль.

Рыбное филе варить на медленном огне с кореньями и пряностями до мягкости (примерно 30 мин), затем пряности вынуть, филе и коренья протереть через сито. Если суп варят из целых рыб, их нужно отварить в подсоленной воде, отделить мякоть от костей и процедить бульон. Из мякоти и вареных кореньев приготовить пюре.

Картофель и морковь нарезать маленькими кубиками и сварить отдельно.

Из жира, муки и рыбного бульона приготовить соус, примешать рыбное пюре и кусочки вареных овощей. Варить все вместе 5 мин. Долить молока и еще раз довести до кипения. На Кубе этот суп принято перчить.

Французский суп-пюре из рыбы

1,5 кг рыбы (лучше всего судака, но можно любой, которая хороша в вареном виде), 2 стакана сухого белого вина, 1 морковь, 1 головка лука, 10–12 зерен черного горького перца, сборный букет (1–2 лавровых листа, 1–2 веточки петрушки, 1–2 веточки сельдерея), щепотка шафрана, 1/2 стакана сметаны, свежемолотый душистый перец, соль по вкусу.

С очищенной и выпотрошенной рыбы снять филейную часть, оставшуюся рыбу положить в кастрюлю, залить вином и водой (1,5 л), положить морковь, лук, перец горошком и сборный букет. Варить 1 час на среднем огне. Откинуть на сито. В процеженный бульон положить филе рыбы и варить еще 15–20 мин. Сварившуюся мякоть рыбы протереть через сито, залить сметаной, бульоном, еще раз подогреть и подавать.

Суп-крем из карася или хека

500 г рыбы, 2 ст. ложки растительного масла, 2 головки репчатого лука, 4–5 помидоров, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки растительного масла, 2 желтка, лимонный сок или винная кислота, черный перец или зелень петрушки, гренки.

Довести до кипения 1,5 л воды. Прибавить 2 ст. ложки растительного масла, 2 крупно нарезанные головки репчатого лука, 4–5 помидоров, нарезанных кружочками, и посолить по вкусу. Доведя лук до мягкости, прибавить 1/2 кг рыбы. Через 30 мин вынуть овощи и рыбу, тщательно отделить мясо рыбы от костей и мелко нарубить острым ножом или пропустить через мясорубку. Бульон процедить и положить в него протертые через сито овощи и рубленую рыбу.

Спассеровать 3 ст. ложки муки с 3 ст. ложками растительного масла. Развести пассеровку бульоном и влить в суп. Кипятить его еще в течение 7–9 мин, затем заправить 2 желтками, лимонным соком или винной кислотой и посыпать черным перцем или мелко нарезанной зеленью петрушки.

Подать с мелко нарезанными гренками.

Пикантный суп-пюре из рыбы

1 кг судака или окуней, 3–4 салаки, 1 л воды, 2 крупные луковицы, 2–3 зубчика чеснока, 300 г свежих

или консервированных помидоров, розмарин, 1 ч. ложка тимьяна, 2 лавровых листа, 3 ст. ложки оливкового масла, белый перец, душистый перец, 2 ч. ложки соли.

Рыбу выпотрошить, промыть, разделать на филе. У голов удалить жабры. Зачистки положить в холодную воду и поставить на огонь. Варить на слабом огне 30–40 мин.

На дне посуды обжарить в оливковом масле рубленый лук, положить лавровый лист, пряные травы, куски рыбы и налить немного жидкости. Тушить на медленном огне под крышкой 30 мин. Добавить нарезанные помидоры, заправить и продолжать тушить еще 30 мин. Из смеси сделать пюре.

В пюре подлить рыбный бульон, попробовать суп на вкус и окончательно посолить. К столу подать с острыми горячими бутербродами с сыром.

Суп-пюре из салаки

350 г салаки (филе), 500 г картофеля, 50 г репчатого лука, 1 ст. ложка пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 750 мл молока, 1 яйцо (желток), соль.

Салаку разделать на филе, промыть, положить в посуду вместе с картофелем и репчатым луком, залить все рыбным бульоном или водой, накрыть крышкой и варить при слабом кипении 25–30 мин. Затем, слив бульон, рыбу и овощи пропустить через протирочную машину или мясорубку.

Пассерованную пшеничную муку соединить с горячим бульоном, прокипятить и процедить. Затем добавить туда протертую салаку, размешать и кипятить еще 10–15 мин.

Перед подачей суп заправить сливочным маслом и смесью яичных желтков с горячим молоком.

Суп-пюре из щуки

1,5 л белого соуса, 200 г кнелей из мяса щуки, 200 г мяса рыбы, нарезанного кусочками, 100 г сливок, 2 яйца, соль.

Белый соус приготовить на бульоне, в котором варилась щука. Отваренное мясо щуки нарезать кусочками (кости выбрать), 200 г отделить, а остальное прокрутить через мясорубку и, добавив размоченный белый хлеб (50 г), яйцо, лук 1/2 головки),

соль, перец, вымесить и сформовать кнели.

Суп подать с кнелями и кусочками рыбы. Заправить сливками и яичными желтками. Если надо, подсолить.

Супы-пюре из раков, креветок и других морепродуктов

Суп-пюре из рыбы и раков

350 г филе рыбы, 5 раков, 150 г рыбной печенки или 250 г кнелей, 50 г сливочного масла, 75 г пшеничной муки, 1,75 л рыбного бульона, 25 г корня сельдерея, 1 яйцо (желток), 500 мл молока, 75 г ракового масла.

Филе рыбы (судака, карпа, кеты и др.) припустить. В белый соус, приготовленный на рыбном бульоне (уха), добавить припущенную рыбу, веточку сельдерея и варить 10–15 мин при слабом кипении. Рыбу протереть вместе с соусом, вновь довести до кипения, добавить бульон для придания необходимой консистенции. Заправить суп смесью из яичных желтков и молока и раковым маслом.

В качестве гарнира в тарелку положить очищенные нарезанные раковые шейки и клешни, кусочки вареной печенки карпа, налима или судака или готовые кнели из рыбы.

Суп-пюре из раков

10 мелких раков, 75 г моркови, 75 г корня петрушки, 50 г репчатого лука, 50 г томата-пюре, 75 мл вина, 25 мл коньяка, 100 г пшеничной муки, 125 г сливочного масла, 375 мл молока, 2 яйца (желтки), 500 мл бульона.

Для кнельной массы: 50 г судака (филе), 150 мл молока, 35 г пшеничного хлеба (мякиш), 1 яйцо (белок).

Морковь, петрушку, репчатый лук тонко нашинковать и спассеровать на масле в сотейнике. В пассерованные овощи положить промытые раки и, помешивая, пассеровать в течение 3–5 мин. Затем влить коньяк, а вслед за ним сухое белое вино и бульон, добавить томат-пюре, закрыть посуду крышкой и припускать 8-10 мин.

У вареных раков отделить шейки, клешни и очистить их от кожуры. У панцирей отломать ножки, после чего удалить внутренности. Часть панцирей (1–2 шт. на порцию) оставить для

гарнира. Из остальных панцирей и кожуры, снятой с клешней и шеек, приготовить раковое масло.

Для гарнира приготовить кнельную массу, которой нафаршировать панцири раков. Из нее же сделать кнели в форме раковых шеек, выпуская массу из бумажной трубочки на противень, смазанный маслом. Панцири и кнели сварить в бульоне или в подсоленной воде.

Из бульона и сухой мучной пассеровки приготовить белый соус, соединить его с бульоном и протертыми кореньями, оставшимися от припускания раков, и варить 15–20 мин.

По окончании варки суп процедить, вновь довести до кипения, заправить смесью из яичных желтков и молока, добавить раковое масло и размешать до образования однородной массы.

При подаче в тарелку положить прогретый в бульоне гарнир (фаршированные панцири раков, кнели из кнельной массы, очищенные шейки и клешни) и налить суп. Отдельно можно подать расстегаи с визигой и рыбой.

Суп-пюре из консервированных крабов

1 банка консервированных крабов, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, 4 стакана молока.

Для заправки: 2 яйца, 1 стакан сливок или молока.

Отобрать несколько крупных кусков краба для гарнира. остальные пропустить через мясорубку, положить в кастрюлю, залить стаканом бульона или воды и, закрыв, поставить варить на 5-10 мин, В отдельной кастрюле слегка поджарить муку с 2 ст. ложками масла, развести горячим молоком, вскипятить, добавить крабов и варить еще 15–20 мин. Затем протереть через сито, посолить, добавить масло и яичную заправку. Нарезать оставленные для гарнира кусочки крабов и положить в суп; отдельно подать гренки.

Суп-пюре из омара (Северная Америка)

1,2 л готового белого соуса, 200 г мяса омара, 100 г помидоров, 100 мл шампанского, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла, соль.

Приготовленный белый соус развести бульоном, в котором

варился омар. В готовый суп-пюре положить маленькие кусочки мяса омара и ломтики помидоров. Заправить сливками, яичными желтками и сливочным маслом. При подаче суп подсолить (если надо) и прибавить немного шампанского. Подобный суп можно приготовить с разными гарнирами. Можно использовать отваренный рис или положить нарезанный соломкой сладкий стручковый перец, печеный и очищенный от кожицы и семян.

Суп-пюре из омаров и лангустов

Этот суп готовить так же, как суп из креветок (см. рецепт «Суп из креветок»), но мясо креветок заменить толчеными внутренностями, соком и мясом сырых омаров и лангустов, которые варить вместе до готовности, а затем протереть.

В этот суп можно совсем не класть картофельную муку (крахмал) или положить ее совсем немного.

При подаче в тарелки можно положить очень маленькие бланкетики из омаров или лангустов или раковые кнели (фарш для раковых кнелей делается из кур или из рыбы с обязательным добавлением ракового масла и пюре из раков).

Суп-пюре из креветок

В мясном бульоне, из которого удален жир, отварить куски курицы, с которых снять кожу и жир. Процедить, охладить.

Взять 8 стаканов полученного холодного бульона и распустить в нем 6 ч. ложек картофельного крахмала.

Отварить в подсоленной воде 800–900 г креветок. Часть креветок оставить на гарнир, а остальные истолочь с куском сливочного масла и хлебным мякишем, протереть через мелкое сито. Это пюре соединить на пару с подготовленным бульоном, хорошо прогреть, затем процедить.

При подаче положить в тарелки очищенные креветки и залить горячим супом.

Суп-пюре из креветочной пасты

1 л мясного бульона, коренья (1/2 моркови, 1/2 корня петрушки, 1/2 лука-порея или 1/2 головки репчатого лука), 1 ст. ложка белого вина, 100 г креветочной пасты, 1 ст. ложка сливочного масла, 1,5 ст.

ложки муки, 100 г сливок или 1 яичный желток и 3–4 ст. ложки молока, рубленый укроп, лимонный сок, соль.

Коренья мелко изрубить, обжарить в масле до мягкости, добавить вино. Из масла и муки приготовить светлый соус, положить в него креветочную пасту, тушеные коренья, влить оставшийся бульон, довести до кипения и посолить. Затем добавить сливки, смесь яичного желтка с молоком и кусочек сливочного масла.

Суп можно приготовить и без вина. В таком случае в него следует добавить немного лимонного сока.

Суп посыпать рубленым укропом.

Суп-пюре из креветок, мяса криля или морского гребешка

200 г мяса отварных креветок, или вареномороженого мяса криля, или отварного мяса морского гребешка, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки пшеничной муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана молока, 1 желток, соль по вкусу.

Морепродукты отварить, шейки креветок и мясо морского гребешка нарезать кусочками, мясо криля разъединить на шейки.

Морковь, лук и корень петрушки измельчить, обжарить на сливочном масле на слабом огне до полуготовности, добавить морепродукты, обжарить все еще 5–7 мин, добавить бульон и припустить до готовности овощей и кореньев.

Готовые овощи и морепродукты пропустить через мясорубку, добавить соус, бульон, проварить 3–5 мин, а затем заправить яично-молочной смесью.

При подаче к столу в суповую тарелку положить кусочки креветок или мяса криля, или морского гребешка, налить суп и добавить кусочек сливочного масла.

Суп-пюре из креветок или мяса криля с зеленым горошком

200 г мяса отварных креветок или вареномороженого мяса криля, 1,5 стакана консервированного зеленого горошка, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки пшеничной муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана сливок, соль по вкусу.

Креветки отварить, отделить шейки и нарезать их кусочками.

Морковь, лук и коренья спассеровать, а затем припустить до готовности, добавив в конце консервированный зеленый горошек, креветки или мясо криля.

Овощи с морепродуктами дважды пропустить через мясорубку или протереть через сито, добавить белый соус, бульон, проварить 3–5 мин и заправить сливками.

При подаче к столу в суповую тарелку положить кусочки креветок или мяса криля, налить суп и добавить кусочек сливочного масла.

ОВОЩНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ

Овощные супы-пюре на бульоне

Суп-пюре из картофеля с гренками

1 кг говяжьих костей, 2,5–3 л воды, 1,5–2 кг картофеля, 125 г репчатого лука, 50 г кореньев (моркови, сельдерея, петрушки), 30–50 г пшеничной муки, 25 г жира, 25–50 г сливочного масла, 125 г белого хлеба для гренков, соль по вкусу.

Поставить варить костный бульон. Часа за два до конца варки в кастрюле разогреть жир, прокипятить в нем без обжаривания нашинкованный репчатый лук, добавить к нему очищенный и нарезанный картофель и залить все процеженным бульоном так, чтобы картофель был чуть покрыт им. Закрыв кастрюлю крышкой, варить картофель до готовности, затем — еще горячим — быстро протереть его через частое решето, сито или пропустить через мясорубку, размять.

В другой кастрюле слегка обжарить на жире (без изменения цвета) муку и, тщательно вымешивая, постепенно развести ее до консистенции сметаны процеженным бульоном. К мучной пассеровке добавить протертый картофель, хорошо все перемешать и влить оставшийся бульон.

Суп кипятить 10–15 мин, изредка снимая накипь и мешая от дна.

Готовый суп заправить по вкусу солью, процедить, вскипятить, снять с огня и, перемешивая его снизу вверх, ввести сливочное масло или льезон из желтков, сливочного масла, сливок или молока.

При подаче к столу в суп можно положить высушенные и обжаренные гренки (кубиками) из белого хлеба.

Суп-пюре из картофеля можно приготовить также на мясокостном бульоне и рыбных бульонах.

Суп-пюре из картофеля и лука-порея

1 кг телячьих, куриных или говяжьих костей, 3 л воды, 1,5–2 кг картофеля, 125–200 г лука-порея, 50 г кореньев (моркови, сельдерея, петрушки), 25–50 г пшеничной муки, 25 г жира, 50 г сливочного масла, 125 г белого хлеба для гренков, соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана сливок или 1,75 стакана молока, 1 яйцо (желток), 25 г сливочного масла.

Приготовляется так же, как указано в предыдущем рецепте. Разница заключается в том, что вместо репчатого лука в суп кладут белую часть лука-порея. Бульон лучше варить из телячьих или куриных костей. Перед подачей на стол в суп вводится льезон из желтка, сливок и сливочного масла.

Суп-пюре из картофеля, моркови и помидоров

1,5 л бульона, 6–8 картофелин, 3 помидора, 1 морковь, 1/2 стакана сливок, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, зелень, соль.

Отварить половину нормы картофеля, протереть и соединить с протертыми помидорами. Развести бульоном, посолить по вкусу и прокипятить. Затем положить припущенные в масле и нарезанные кубиками морковь и оставшийся картофель. Заправить сливочным маслом и яичными желтками, смешанными со сливками.

При подаче к столу посыпать суп мелко нарезанной зеленью.

Суп-пюре из картофеля и фасоли

1 л бульона, 4–5 картофелин, 1/2 стакана фасоли, 1 луковица, 1/2 стакана сливок, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, зелень, соль.

Отваренный картофель и отдельно сваренную фасоль протереть, развести мясным бульоном, добавить слегка

обжаренный репчатый лук, посолить и прокипятить. Заправить сливочным маслом и желтками, смешанными со сливками.

Суп-пюре из картофеля и вермишели

1,5 л бульона, 6–8 картофелин, 1/2 стакана вермишели, 1/2 стакана сливок, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, зелень, соль.

Отварить картофель и протереть. Развести бульоном, добавить отдельно отваренную вермишель. Суп посолить по вкусу, заправить сливочным маслом и яичными желтками, смешанными со сливками.

При подаче к столу посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Суп-пюре из сельдерея и моркови

1 л мясного бульона, 200 г сельдерея, 200 г моркови, 30 г сливочного масла, маргарин, 2 ст. ложки пшеничной муки, 150–200 г сливок, 1 яичный желток, сахар, соль.

Овощи нарезать, отварить в небольшом количестве мясного бульона, растолочь толкушкой, протереть через сито. Из масла, муки и бульона приготовить светлый соус, положить пюре из овощей, подлить оставшийся бульон, довести до кипения, посолить, добавить сахар, сливки или растертый яичный желток.

К супу подать сырное печенье, горячие бутерброды с сыром.

Суп подходит для обеда из нескольких блюд.

Суп-пюре из цветной капусты с льезоном

1 кг говяжьих или телячьих костей, 2,5–3 л воды, 800 г цветной капусты, 60 г репчатого лука, 60 г кореньев (моркови, сельдерея, петрушки), 100 г сливочного масла, 100 г пшеничной муки, сахар и соль по вкусу.

Для льезона: 50 г сливочного масла, 1 тонкостенный стакан молока, 1 яйцо (желток).

Сварить бульон из телячьих или говяжьих костей. За 1–1,5

часа до конца варки бульона очистить цветную капусту, промыть ее, разобрать на мелкие кочешки, положить в кастрюлю, залить молоком и процеженным бульоном (чтобы жидкость немного покрывала капусту) и тушить. Готовую капусту вместе с отваром протереть через сито.

Приготовить мучную пассеровку, развести ее бульоном и кипятить 15–20 мин, снимая накипь и помешивая от дна. Затем добавить в суп протертую капусту, все хорошо перемешать и кипятить еще 3–5 мин.

Готовый суп снять с огня, влить в него льезон из яичного желтка, молока и сливочного масла, окончательно посолить и подать к столу.

При желании можно отделить от цветной капусты несколько мелких кочешков, отварить их отдельно и при подаче к столу положить в тарелки с супом не протирая.

Суп-пюре из савойской капусты

500 мл мясного бульона, 350 г савойской капусты, 40 г сливочного масла, 40 г пшеничной муки, 300 мл молока, соль.

Савойскую капусту нашинковать, ошпарить и припустить с маслом (15–20 г) и бульоном в течение 15–20 мин, а затем соединить с приготовленным белым соусом и варить при слабом кипении до готовности. Массу протереть, развести бульоном до нормальной консистенции супа, довести до кипения и, сняв с огня, заправить маслом, молоком или сливками по вкусу.

Подавать суп с мелкими гренками.

Суп-пюре из савойской капусты можно приготовить на молоке.

Суп-пюре из свежих огурцов

1 кг костей телятины, курицы или индейки, 3,5–4 л воды, 1 кг свежих молодых огурцов, 100 г сливочного масла, 100 г пшеничной муки, по 40 г петрушки, сельдерея и репчатого лука, 20 г моркови, сахар и соль по вкусу.

Для льезона: 1 стакан сливок, 30 г сливочного масла, 1–2 яйца (желтки).

Сварить бульон из костей телятины, кролика, кур, цыплят или индейки. Свежие молодые огурцы хорошо обмыть, нарезать мелкими ломтиками, добавить к ним немного сливочного масла и воды и тушить 12–15 мин до полного их размягчения, а затем протереть через сито. Приготовить мучную пассеровку, развести ее процеженным бульоном и, изредка снимая накипь и помешивая от дна, кипятить его 8-10 мин. Затем положить в бульон протертые огурцы и прокипятить его еще 2–3 мин. Готовый суп снять с огня, ввести в него льезон из яичного желтка, сливок и сливочного масла, окончательно заправить по вкусу солью и сахаром и подавать на стол.

Часть сырых огурцов можно нарезать кубиками, уложить в сотейник, добавить немного масла, бульона и сварить под крышкой (сохранив форму). При подаче на стол положить их в тарелку и залить супом.

Суп-пюре из огурцов можно приготовить и на молоке.

Суп-пюре из свежих помидоров

700 мл бульона, 300 г помидоров, 20 г лука-порея, 40 г пшеничной муки, 20 г риса, 40 г сливочного масла, 80 г сметаны.

Слегка спассеровать на масле лук-порей вместе с нарезанными помидорами, припустить и протереть через сито. Отдельно отварить рис для гарнира. Из бульона и пассерованной муки (без жира) приготовить соус, дать ему прокипеть, добавить протертые помидоры и варить 15–20 мин, удаляя появляющуюся на поверхности пену. По окончании варки суп процедить через сито, заправить солью, добавить сметану, кусочки сливочного масла, размешать до образования однородной массы.

При подаче в тарелку с супом положить отваренный рис.

Суп-пюре из помидоров можно приготовить на молоке (суп-крем) и подать к нему гренки. В этом случае пассерованную муку сначала развести горячим молоком, а затем добавить бульон и протертые овощи. Такой способ предохраняет молоко от свертывания.

Суп-пюре из спаржи на мясном бульоне

1 л мясного бульона, 200 г спаржи, 30–40 г сливочного масла, 1,5 ст. ложки пшеничной муки, 1

яичный желток, 4 ст. ложки сливок или молока, соль.

Стебли спаржи тщательно промыть, нарезать, отварить в слегка подсоленной воде и протереть через сито. Головки сварить отдельно. Масло растопить, обжарить в нем муку до светло-желтого цвета, постепенно влить отвар от спаржи и варить несколько минут. Пюре соединить с соусом, добавить мясной бульон, отваренные головки спаржи и посолить.

В сервировочную посуду положить яично-молочную смесь и залить ее горячим супом.

Суп-пюре из спаржи отличается мягким, нежным вкусом.

Овощной суп-пюре с твердым сыром

1,5 л мясного бульона, 400 г свежей белокочанной капусты, 4 моркови, 1 небольшой корень сельдерея, 3 головки зеленого лука (взять только головки и белую часть стебля), 2 головки репчатого лука, 4 картофелины, 50 г сливочного масла, 80-100 г шпика, 2–3 ломтика черного хлеба, 2–3 ст. ложки тертого твердого сыра, 1/2 ч. ложки сахара, 1/2 ч. ложки соли.

Овощи очистить, мелко нарезать, посыпать солью и сахаром, слегка спассеровать, положить в кастрюлю, залить бульоном, поставить варить. Готовые овощи протереть через сито. В другую кастрюлю на дно положить ломтики слегка обжаренного шпика, влить приготовленный суп, положить в него приготовленные ломтики хлеба, посыпать тертым сыром и поставить в духовку на несколько минут.

Подать к столу в той же кастрюле.

Суп-пюре из артишоков

12 артишоков, 100 г вареного мяса курицы (филе), 150 г зеленого горошка, 120 г шпината, 120 г сливочного масла, 120 г пшеничной муки, 2 яйца, 300 г сливок, 1 лимон, соль.

Обработать артишоки. Донышки артишоков сбрызнуть лимонным соком и припустить с маслом и бульоном. Отдельно в кастрюле спассеровать муку и приготовить белый соус на курином бульоне. В соус добавить зеленый горошек, припущенные донышки артишоков и варить 15–20 мин при

слабом кипении. Массу протереть через сито и вновь довести до кипения, развести бульоном и заправить смесью из яичных желтков и сливок.

При подаче в суп положить вареное куриное филе, нарезанное кубиками, и нарезанные листики вареного шпината.

Суп-пюре из каштанов

500 г каштанов, 100 г корня сельдерея, 40 г пшеничной муки, 40 г сливочного масла, 400 мл молока, 1 яйцо (желток), 75 г гренков, соль.

Очистить от кожуры и кожицы каштаны, смешать их с нарезанным сельдереем, залить бульоном и тушить в посуде с закрытой крышкой до размягчения (30–40 мин). Протереть каштаны через сито, соединить с процеженным белым соусом, довести до кипения, заправить солью, смесью из яичных желтков и молока, кусочками сливочного масла и размешать до образования однородной массы.

В тарелку с супом положить гренки или подать их отдельно.

Суп-пюре из моркови с рисом

1 л мясного или костного бульона, 500 г моркови, 120 г риса (крупы), 30 г сливочного масла, 300 мл молока или 250 г сливок, 1/2 яичного желтка (сырого), соль.

Нарезать морковь тонкими пластинками вручную или на машине, заправить солью и слегка спассеровать с маслом в продолжение 5–6 мин, после чего залить горячим бульоном (750 мл), добавить промытый рис (75 г) и варить при слабом кипении 40–45 мин. По готовности массу протереть, полученное пюре развести бульоном до консистенции супа-пюре, довести до кипения и заправить суп маслом и льезоном по вкусу.

На гарнир отварить рис в бульоне и хранить его на водяной бане. При подаче к столу в тарелку с супом положить рис или подать к супу мелкие подсушенные гренки.

Суп-пюре из моркови с гренками

120 г мякиша пшеничного хлеба для супа, 60 г

мелких гренков для гарнира, остальные продукты, кроме риса, — те же, что в предыдущем рецепте.

Готовить суп-пюре, как описано в предыдущем рецепте, с той лишь разницей, что из мякиша хлеба приготовить мелкие подсушенные или поджаренные с маслом гренки и присоединить к слегка спассерованной моркови, залить бульоном и варить при слабом кипении до готовности.

Отдельно подать мелкие гренки.

Суп-пюре из моркови и картофеля

1 л мясного или костного бульона, 500 г моркови, 30 г сливочного масла, 300 мл молока или 250 г сливок, 1/2 яичного желтка (сырого), 200 г картофеля, 120 г мякиша пшеничного хлеба, 60 г мелких гренков для гарнира, соль.

Подготовить морковь так же, как для супа-пюре из моркови с рисом. В слегка спассерованную морковь добавить картофель, нарезанный тонкими пластинками, перемешать, залить бульоном и варить под крышкой на слабом огне до готовности.

Отдельно подать мелкие гренки.

Суп-пюре из моркови на белом соусе

1 л мясного или костного бульона, 500 г моркови, 30 г пшеничной муки, 30 г сливочного масла, 300 мл молока или 250 г сливок, 1/2 яичного желтка (сырого), 30 г риса (крупы) или 60 г мелких гренков для гарнира, соль.

Подготовить морковь так же, как для супа-пюре из моркови с рисом, слегка спассеровать с маслом и припустить с бульоном до готовности. Отдельно приготовить белый соус.

Протертую морковь (пюре) соединить с процеженным соусом, довести до кипения и заправить маслом и льезоном по вкусу. Отдельно (можно в бульоне) сварить для гарнира рис и хранить его на водяной бане.

Подавать суп-пюре с рисом или подсушенными мелкими гренками.

Суп-пюре из шпината с морковью

1,5 л мясного бульона, 80 г лука-порея, 80 г моркови, 80 г пшеничной муки, 40 г сливочного масла, 400 мл молока или 300 г сливок, 1/2 яичного желтка (сырого), соль.

Лук-порей слегка спассеровать. Листья шпината сварить в небольшом количестве бульона или воды. Готовый шпинат протереть через сито. Муку спассеровать сухим способом.

Отдельно для гарнира отварить в бульоне морковь, нарезанную мелкими кубиками.

Из бульона, отвара шпината и пассерованной муки приготовить белый соус, к которому присоединить протертый шпинат, пассерованный лук, и варить 10–15 мин.

По окончании варки суп процедить через сито, протереть лук, затем довести до кипения и заправить льезоном и маслом так же, как суп-пюре из свежих огурцов.

При подаче к столу в суп положить морковь. Отдельно можно подать гренки.

Овощные супы-пюре, которые можно варить и на бульоне, и на воде

Суп-пюре из овощей

1 л бульона из мяса или костей либо овощного отвара, 300–400 г овощей (моркови, капусты, картофеля, брюквы, репы, гороха), коренья (лук, петрушка), 30–40 г сливочного масла или маргарина, 1,5 ст. ложки пшеничной муки, 100 г сливок или 200 мл молока, 1 яичный желток, зелень, сахар, соль.

Нарезанные овощи сварить в небольшом количестве подсоленной воды или мясного бульона, растолочь и протереть через сито. В растопленном сливочном масле обжарить муку до золотистого цвета, постепенно, не переставая помешивать, влить бульон или овощной отвар. Варить 4–5 мин, затем добавить овощное пюре и долить мясной бульон или овощной отвар, посолить, добавить немного сахара. Яичный желток растереть в сервировочной посуде, смешать со сливками и залить горячим супом.

К супу подать гренки из белого хлеба, горячие бутерброды с

сыром.

Суп-пюре из картофеля

1 л мясного бульона, картофельного отвара или молока, 1/2 кг картофеля, 1 головка репчатого лука или лука-порея, 1 корень петрушки, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка пшеничной муки, 100 г сливок или сметаны, 1–2 яичных желтка, тертый мускат, зелень, сливочное масло, соль.

Нарезанный картофель отварить вместе с кореньями в небольшом количестве бульона, растолочь и протереть через сито. Масло растопить и обжарить в нем муку до желтоватого цвета, постепенно влить бульон и варить несколько минут, затем положить пюре, размешать и еще раз довести до кипения. Суп посолить, добавить кусочек сливочного масла или сливки. Яичный желток смешать с небольшим количеством сливок или молока и положить в суп при подаче к столу.

Суп можно приготовить и без мясного бульона, на картофельном отваре или молоке, или сливках. В случае, если используется молоко, масла нужно положить больше.

Суп-пюре из картофеля с морковью

1 л бульона или отвара, 400 г картофеля, 1 крупная головка репчатого лука или лука-порея, 1 корень петрушки, 2 моркови средней величины, 40 г сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2–3 ст. ложки сметаны, мускат, соль.

Картофель и лук нарезать и отварить в небольшом количестве бульона, затем растолочь в пюреобразную массу. Морковь натереть на крупной терке и обжарить в 1 ст. ложке сливочного масла. Из остального масла, муки и бульона или отвара приготовить соус и смешать его с картофельным пюре. Затем добавить столько жидкости, чтобы довести суп до консистенции сметаны, положить в него морковь, посолить и заправить.

Перед подачей к столу добавить сметану.

Суп-пюре из картофеля и щавеля

1 л бульона или отвара, 10 картофелин, 100 г щавеля, 1/2 стакана сливок, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, соль.

Отваренный картофель протереть и развести бульоном или картофельным отваром. Щавель нарезать соломкой и припустить с добавлением масла. Все соединить, посолить по вкусу и прокипятить. Суп заправить сливочным маслом и желтками, смешанными со сливками.

Суп-пюре из картофеля и репы

1 л овощного отвара или бульона, 4–5 картофелин, 3 репы, 1/2 стакана сливок, 1 яйцо, 4 ст. ложки сливочного масла, соль.

Очищенный картофель отварить и протереть. Отдельно отварить репу, протереть и соединить с протертым картофелем. Добавить бульон или овощной отвар от картофеля и репы, перемешать, посолить по вкусу и прокипятить. Суп заправить сливочным маслом и желтками, смешанными со сливками.

Суп-пюре из картофеля и тыквы

1 л бульона или воды, 4 картофелины, 350 г тыквы, 100 г шпината, 50 г щавеля, 1/2 стакана сливок, 2 ст. ложки сливочного масла, 150 г белого хлеба, 2 ст. ложки тертого сыра, соль.

Очистить тыкву и картофель, нарезать их мелкими кусочками, поджарить на масле с мелко нарезанным луком-пореем. Залить водой или бульоном и варить до готовности, после чего протереть.

В полученный суп-пюре положить нарезанные соломкой шпинат и щавель, предварительно сваренные в подсоленной воде (для сохранения цвета) и поджаренные на масле.

Картофель и лук нарезать, отварить в небольшом количестве воды или бульона, растолочь и протереть через сито. Муку обжарить в растопленном сливочном масле до золотистого цвета, добавить предусмотренное количество жидкости, пюре, поварить еще несколько минут и посолить.

Суп заправить сливками и маслом. На отдельной тарелке к супу подать небольшие ломтики белого пшеничного хлеба,

посыпанные тертым сыром и подрумяненные в сильно нагретой духовке.

Подавая к столу, добавить сметану или растертые желтки и залить их супом.

К супу подать гренки из белого хлеба, горячие бутерброды с сыром и т. п.

Суп-пюре из кольраби и овощей

750 мл бульона или воды, 80 г кольраби, 90 г картофеля, по 60 г репы и моркови, 40 г репчатого лука, по 20 г зеленого консервированного горошка, пшеничной муки или сливочного масла, 150 мл молока, 1/2 яйца.

Подготовленные кольраби и репу нарезать кружочками или брусочками и припустить в бульоне. Репчатый лук и морковь нарезать и спассеровать. Зеленый горошек (вместе с отваром) довести до кипения; картофель отварить до готовности. Овощи горячими протереть, соединить с подготовленным белым соусом, развести бульоном. Смесь довести до кипения. Добавить соль. Суп-пюре охладить до 80–85 °С.

Заправить яично-молочной смесью. Для этого яичные желтки размешать в однородную массу и, помешивая, постепенно влить горячее молоко. Смесь проварить на водяной бане до загустения. Готовый суп-пюре можно недолго хранить на водяной бане при 80–85 °С.

К супу-пюре можно подать гренки из пшеничного хлеба (20 г на порцию), кукурузные или пшеничные хлопья (25 г) или пирожки (с мясным, овощным или крупяным фаршем).

Если приготовить вегетарианский суп-пюре, то норму молока и яиц можно увеличить вдвое.

Суп-пюре из цветной капусты

1 л мясного бульона или воды, 400 г цветной капусты, 100 г кореньев (моркови, петрушки, лука), 30–50 г сливочного масла или маргарина, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 яичный желток, 1 стакан сливок или молока, рубленая зелень, соль.

Цветную капусту разобрать на кочешки, положить на некоторое время в соленую воду, затем отварить с кореньями до мягкости. Часть соцветий оставить, остальные размять. Из масла,

муки и жидкости приготовить соус, положить в него пюре, размешать, добавить целые кочешки, молоко или сливки, посолить. Яичный желток растереть с небольшим количеством сливок или молока, залить горячим супом.

Суп-пюре из моркови с зеленым горошком

1 л бульона или воды, 400 г моркови, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 200 мл молока или сливок, зелень (укроп, петрушка), 4–5 ст. ложек консервированного зеленого горошка, 1 яичный желток, сахар, соль.

Тонкие ломтики моркови отварить в небольшом количестве воды и сделать пюре. Масло растопить, обжарить в нем муку, добавить постепенно всю жидкость и варить несколько минут. Полученный белый соус влить в морковное пюре, подлить необходимое количество жидкости и довести до кипения. Суп посолить, положить консервированный горошек вместе с рассолом.

При желании в суп можно добавить яичный желток, растертый с молоком или сливками.

Суп-пюре из моркови и брюквы или репы с рисом

1 л мясного бульона, воды или молока, 1/2 кг моркови, брюквы или репы, 1 корень петрушки, репчатый лук или лук-порей, 2–3 ст. ложки риса, 25 г сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка пшеничной муки, 250 г сливок или молока, 1 яичный желток, соль.

Нарезанные овощи сварить в небольшом количестве подсоленной воды или мясного бульона, растолочь и протереть через сито. Рис отварить отдельно в большом количестве воды. Из муки, масла и отвара приготовить соус, добавить в него пюре, рассыпчатый рис, посолить.

Желток растереть со сливками в сервировочной посуде, залить горячим супом.

Суп-пюре из помидоров с рисом

1 л мясного бульона или воды, 400 г помидоров, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки риса, 30–50 г сливочного масла или маргарина, 1–1,5 ст. ложки пшеничной муки, 100 г сметаны, соль.

Коренья отварить вместе с помидорами в небольшом количестве воды, сделать пюре. Рис отварить отдельно в большом количестве воды. Из муки и бульона приготовить соус, влить его в пюре, посолить, добавить рассыпчатый рис.

Сверху посыпать рубленой зеленью.

Суп-пюре из зелени петрушки

1 стакан зелени петрушки, 2 ст. ложки пшеничной муки, по 2 ст. ложки сливочного масла и сметаны, 100 г белого хлеба, перец и соль по вкусу.

Муку прогреть со сливочным маслом до светло-кремового цвета, все время помешивая. Затем развести мясным бульоном или овощным отваром, довести до кипения, посолить, положить мелко нарезанную петрушку, черный перец и варить 15–20 мин.

К столу подать с гренками из черствого белого хлеба, обжаренного в масле, и сметаной.

Суп-пюре из сельдерея

1 л бульона или воды, 200 г сельдерея, лук-порей или репчатый лук, коренья (морковь, петрушка), 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 100 г сливок, 1 яичный желток, рубленый укроп или зелень петрушки, соль.

Овощи нарезать кусочками, отварить в небольшом количестве воды под крышкой и сделать пюре. Из сливочного масла, муки и жидкости приготовить соус, добавить в него пюре, необходимое количество жидкости и варить еще несколько минут.

Желток взболтать, смешать со сливками, положить в сервировочную посуду и залить горячим супом.

Суп-пюре из сельдерея отличается пикантным острым вкусом и подходит для меню обеда из нескольких блюд.

Зеленый суп-пюре

1 л мясного бульона или воды, 200 г молодых листьев крапивы, сныти, одуванчиков, 100 г щавеля, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1–2 сваренных вкрутую яйца, 100 г сметаны, лук-резанец, зеленый лук, укроп или зелень петрушки, сливочное масло, вареный рис, сахар, соль.

Тщательно промытые листья положить в кипящую воду, варить несколько минут и протереть через сито. Сливочное масло растопить на дне посуды, смешать с мукой и прогревать, помешивая, пока мука слегка не пожелтеет. Добавить измельченный щавель, пюре из зелени вместе с отваром и подлить нужное количество жидкости, чтобы суп не был слишком густым. Варить на медленном огне несколько минут, посолить, добавить немного сахара и кусочек сливочного масла. В сервировочную посуду положить нарезанное кусочками или дольками яйцо, сметану и рубленую зелень.

При желании в суп можно добавить отдельно сваренный рассыпчатый рис.

К столу подавать с гренками из подсушенного в тостере или обжаренного белого хлеба и с горячими бутербродами с сыром.

Суп-пюре из шпината

1 л бульона или воды, 300 г шпината, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 100 г сливок, 1 яичный желток, масло, соль.

Шпинат тщательно промыть, листья измельчить и отварить в небольшом количестве воды. Протереть через сито. Из масла, муки и небольшого количества бульона приготовить светлый соус, добавить в него пюре из шпината, горячий бульон или воду и проварить.

Перед тем как подавать к столу, добавить смесь желтков со сливками или положить в суп кусочек сливочного масла.

В готовый суп можно добавить также отварной рассыпчатый рис.

Суп-пюре из овощей с яблоками

1 л бульона или воды, 3 яблока, 4 помидора, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 100 г риса, перец, соль.

Морковь и лук нарезать ломтиками и слегка поджарить на масле; добавить пшеничную муку, смешанную с острым перцем, и жарить еще 2 мин. Переложить в кастрюлю, залить горячим мясным бульоном или водой, довести до кипения, добавить нарезанные ломтиками помидоры и свежие яблоки, очищенные от кожицы и семян, и варить 30 мин. Массу протереть через сито, вновь довести до кипения и посолить. Можно отдельно в подсоленной воде отварить рис и подать его к супу в отдельной тарелке.

Суп-пюре из фасоли

400 г белой фасоли, 50 г репчатого лука, 50 г лука-порея, 50 г моркови, 25 г корня петрушки, 50 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 400 мл молока, 1 яйцо (желток), 1 бутон гвоздики, соль.

Фасоль промыть, залить охлажденным бульоном или водой (3 л воды на 1 кг фасоли), положить надрезанную вдоль морковь, петрушку, головку репчатого лука с воткнутой в нее гвоздикой (2–3 бутона на 10 порций) и варить. Сваренную фасоль протереть через сито вместе с отваром, удалив овощи. Лук-порей нашинковать и спассеровать отдельно. Из муки и бульона приготовить белый соус, процедить его, соединить с фасолью и варить 10–15 мин.

Заправить суп так же, как суп-пюре из стручков фасоли.

В тарелку с супом добавить пассерованный лук-порей.

Супы-пюре на воде или овощном отваре

Картофельный суп-пюре

Лук мелко порубить и спассеровать. Очищенный картофель сварить в горячей подсоленной воде до мягкости. Отвар процедить и протереть в него через дуршлаг картофель и пассерованный лук. Перед подачей к столу сырые желтки растереть со сливками, заправить этой смесью суп и прогреть его

на пару, не давая закипеть.

Суп-крем из картофеля

3 стакана овощного отвара, 2 стакана картофельных хлопьев, 3/4 стакана сметаны, зелень, перец, 1 яйцо, соль.

В горячий овощной отвар всыпать и хорошо вымешать картофельные хлопья. Добавить приправу, сметану и зелень.

Суп-крем можно заправить сырым желтком: желток растереть в стакане, вливая понемногу горячий, но не кипящий отвар.

Растертый желток влить в суп и немного подержать на горячей плите, не доводя до кипения.

Картофельник с маком

1,5 л воды, 5–6 картофелин, 3 ст. ложки мака, соль по вкусу.

Картофель очистить, сварить в подсоленной воде, протереть и развести картофельным отваром.

Отдельно приготовить маковое молочко: мак промыть, ошпарить кипятком, процедить через густое сито или марлю и растереть его в ступке до появления белого сока, затем добавить немного кипятка и хорошо размешать.

Полученным маковым молочком заправить суп-пюре, подсолить и выдержать в печи или духовке до образования румяной пенки.

Суп-пюре из картофеля и помидоров

5-6 картофелин, 4 помидора, 1–2 ст. ложки сливочного масла, зелень, соль.

Картофель отварить, процедить и протереть. Сварить несколько спелых помидоров, протереть и смешать их с отваром, картофелем и растительным маслом. Готовый суп посыпать нарубленными укропом или петрушкой.

Хлебный суп-пюре с картофелем и помидорами

2 л воды, 200 г пшеничного хлеба, 3 средние картофелины, 3 средних помидора, 1 яйцо, 1/2 стакана сливок или молока, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Очищенные картофель и помидоры поместить в кастрюлю, залить водой, посолить и поставить варить, не мешая. Когда овощи уварятся до мягкости, прибавить кусочки пшеничного хлеба и поварить еще немного. После этого протереть все через сито, поставить пюре на слабый огонь. Желтки растереть со сливками или молоком и постепенно влить в суп-пюре.

При подаче добавить в суп сливочное масло.

Суп-пюре из картофеля, помидоров и шпината

1 л картофельного отвара, 400 г картофельного пюре, 200 г соуса из помидоров, 100 г шпината, 1/2 стакана сливок, 2 яйца, 2 ст. ложки масла, соль.

Соединить картофельное пюре с соком из выжатых помидоров и развести отваром картофеля. Полученный суп-пюре розового цвета довести до кипения и положить в него отваренный отдельно и нарезанный соломкой шпинат. Заправить смесью из яичных желтков и сливок, добавить кусочек сливочного масла.

Суп-пюре из шпината и лука-порея

2 пучка шпината, 1/4 стебля лука-порея, 3 ст. ложки муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана молока, 1 желток, 1/2 стакана риса, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Шпинат перебрать, удалить стебельки, промыть трижды в большом количестве воды, отварить и протереть через сито.

Лук-порей очистить, промыть, мелко нарезать, положить в сотейник, добавить сливочное масло и 1 ложку овощного отвара и спассеровать до мягкости. Затем протереть его через сито, соединить со шпинатом, залить процеженным белым соусом, размешать, дать закипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Желтки взбить с молоком, прогреть на плите, не доводя до кипения, процедить через сито, влить в суп, добавить соль и несколько кусочков сливочного масла и размешать.

Рис перебрать, промыть трижды в воде, положить в сотейник,

добавить сливочное масло, 1/2 стакана воды, закрыть крышкой и сварить, чтобы он был рассыпчатым.

При подаче в тарелки положить по 1 ст. ложке отваренного риса, влить суп-пюре и посыпать мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Овощной суп-пюре (ведическая кухня)

3 ст. ложки топленого масла, 2 лавровых листа, 1 ч. ложка молотого кориандра, 1/4 ч. ложки порошка асафетиды, 1,5 ч. ложки куркумы, 675 г разных овощей, нарезанных кубиками, 6 чашек (1,4 л воды), 3 ч. ложки соли, 1/4 ч. ложки черного молотого перца, 475 мл молока, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки белой муки.

Нагреть топленое масло в кастрюле с толстым дном. Поджарить лавровый лист, кориандр, асафетиду и куркуму в течение нескольких секунд, затем положить нарезанные овощи. Помешивая, поджарить их 4–5 мин, пока они не подрумянятся. Теперь добавить воду и перец. Накрыть крышкой и варить на среднем огне, периодически помешивая, пока овощи не станут мягкими и нежными. Оставить их целыми или сделать из них пюре с помощью электромиксера. Предварительно удалить лавровые листья.

Пока овощи варятся, нагреть в маленькой кастрюле на среднем огне масло. Обжарить в нем муку, постоянно помешивая, до золотисто-коричневого цвета (1–2 мин). Влить горячее молоко и быстро мешать смесь в течение 2 мин, пока соус не загустеет. Добавить его в суп, размешать и довести до кипения.

Томатный суп-пюре

500 г помидоров, 2 ст. ложки пшеничной муки, 30–40 г сливочного масла, зеленый лук и соль по вкусу.

Вымытые помидоры нарезать кусками и сварить до мягкости в подсоленной воде. Отвар отцедить, помидоры протереть через сито.

Отдельно обжарить муку со сливочным маслом и развести горячим отваром от помидоров до состояния жидкой сметаны. Добавить протертые помидоры и прокипятить суп еще в течение 5–8 мин.

Готовый суп при подаче посыпать зеленым луком. Такой суп хорошо подавать с гренками.

Томатный суп-пюре (ведическая кухня)

2 кг крепких красных помидоров, 6 ст. ложек топленого или растительного масла, 1 ч. ложка молотого кориандра, 1/4 ч. ложки асафетиды, 4 ст. ложки нарубленных листьев свежего кориандра, 1,5 ст. ложки сахара, 1,5 ч. ложки соли, 1/4 ч. ложки молотого черного перца, 1/4 ч. ложки молотого красного (кайенского) перца, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки белой муки, 1,75 чашки (425 мл) молока, 1 ст. ложка лимонного сока.

Вымыть помидоры и нарезать каждый на 8 долек, сделать из них пюре в электромиксере. Пропустить полученную массу через дуршлаг, чтобы отделить кожицу. (Если у вас нет электромиксера, сначала бланшировать помидоры, а затем протереть их через дуршлаг или сито.)

Нагреть топленое или растительное масло в кастрюле с толстым дном и жарить кориандр и асафетиду в течение нескольких секунд, затем добавить томатное пюре. Уменьшить огонь и варить 20–25 мин. Добавить нарубленный кориандр, сахар, соль, черный и кайенский перец.

В другой кастрюле нагреть сливочное масло и, помешивая, поджарить муку на медленном огне до золотисто-коричневого цвета. После этого медленно влить в нее молоко и продолжать варить (помешивая все время, чтобы не образовалось комков), пока соус не загустеет. Когда соус будет готов, влить его в томатное пюре и добавить лимонный сок. Подавать горячим.

Для украшения блюда поджарить в небольшом количестве масла 1 столовую ложку вермишели и положить в суп, равномерно распределив ее по поверхности.

Суп-пюре из помидоров и яблок

1/2 л овощного отвара или воды, 200 г помидоров, 3 средних яблока, 40 г сливочного масла или маргарина, 2 ст. ложки муки, 1/2 л молока или 150 г сливок, зелень, соль.

У яблок удалить сердцевину, нарезать их ломтиками и вместе

с нарезанными помидорами тушить в небольшом количестве жидкости до мягкости. Во время тушения можно добавить немного сливочного масла.

Отдельно приготовить молочный соус, к нему подмешать протертые через сито яблоки и помидоры и столько — овощного отвара или крутого кипятка, чтобы суп получился нормальной консистенции. Довести до кипения, посолить, положить кусочек масла или влить сливки. Сверху посыпать зеленью.

Подавать к столу сразу.

Суп-пюре из цветной капусты с гренками

1 головка цветной капусты, немного сливочного масла, 1/2 ст. ложки пшеничной муки, немного молока и сока лимона, соль по вкусу.

Кочан капусты отварить в подсоленной воде, отцедить и мелко порубить. Затем потушить капусту на разогретом сливочном масле, добавить немного отвара, в котором она варилась, и еще горячей протереть через сито. Влить в кастрюлю с капустой остальной отвар и заправить суп мукой, разведенной молоком и лимонным соком.

К столу подать с гренками.

Вегетарианский суп-пюре из моркови и риса

3 л воды, 1 кг моркови, 60 г риса, 60–90 г сливочного масла, 60 г пшеничной муки, сахар и соль по вкусу.

Очищенную морковь нарезать мелкими ломтиками, уложить в сотейник или кастрюлю с растопленным маслом и, помешивая, слегка обжарить (без изменения окраски). Затем добавить в нее воду, немного соли и тушить на слабом огне. Готовую морковь протереть через сито. Одновременно отварить рис, опустив его в кипящую подсоленную воду. Рисовым отваром развести мучную пассеровку. К рису добавить протертую морковь с отваром и мучную пассеровку и, помешивая от дна, варить суп 10–15 мин. Готовый суп заправить по вкусу солью, сахаром, сливочным маслом.

Подать с поджаренными гренками.

Суп-пюре из моркови можно приготовить также на мясном или костном бульоне.

Суп-крем из овощей

6-8 стаканов воды, 4–5 шт. моркови, 2 ломтика корня пастернака, 4–5 стеблей лука-порея, 2 большие головки репчатого лука, 2 ст. ложки зелени петрушки, черный молотый перец, 1 ч. ложка сахара, 2 ст. ложки сметаны, 2 яйца, гренки, соль.

Очистить, промыть и нарезать кубиками морковь, пастернак, лук-порей и репчатый лук. Прибавить зелень петрушки, соль и черный перец. Залить нарезанные овощи 6–8 стаканами воды и варить до мягкости, а затем протереть через сито. К овощному пюре добавить сахар и сметану. Суп заправить 2 яйцами и подать с мелко нарезанными гренками.

Суп-пюре из брюквы

2 л воды, 3 брюквы, 1/2 стакана риса, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана сливок, сахар, соль по вкусу.

Брюкву нарезать соломкой и обдать кипятком, чтобы удалить горечь. Залить брюкву водой, добавить замоченный рис и варить 10 мин, после чего дать настояться под крышкой 10–15 мин. Брюкву и рис протереть вместе с отваром через сито. Пюре заправить сливочным маслом, сливками, добавить соль, сахар и довести до кипения.

Вегетарианский суп-пюре из кабачков или тыквы

2,5 л воды, 1 кг кабачков или тыквы, 150 г лука-порея, 125 г стручков фасоли, 60 г пшеничной муки, 60 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана сливок или 1,75 стакана молока, 1 яйцо (желток), 25 г сливочного масла.

Очистить и промыть лук-порей, кабачки или тыкву и стручки фасоли. В кастрюле слегка обжарить на масле нашинкованный репчатый лук, прибавить к нему мелко нарезанные кабачки или тыкву, масло, соль, залить все горячей водой (1 л) и варить под крышкой, изредка помешивая, до готовности. Размягченные

овощи протереть через сито. Стручки фасоли нарезать ромбиками или брусочками длиной 3–4 см и толщиной 1/2 см и отварить в бурно кипящей подсоленной воде, не закрывая кастрюлю крышкой. Приготовить мучную пассеровку. Добавить в нее протертое овощное пюре с отваром, влить отвар из стручков фасоли и горячую воду и варить все 10–15 мин, изредка снимая накипь и помешивая от дна.

Перед самой подачей к столу в горячий, но не кипящий суп-пюре ввести льезон из желтков, сливок или молока и сливочного масла и окончательно заправить солью.

В тарелки положить стручки фасоли и залить их супом. Отдельно подать гренки.

Суп-пюре из кабачков или тыквы можно приготовить на костном, мясном или курином бульоне.

Суп-пюре из яблок (острый)

2 стакана воды, 500 г яблок, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка уксуса, сахар, укроп.

Кислые яблоки нарезать дольками, удалив семена, потушить в слегка подсоленной воде, затем протереть через сито. Из сливочного масла и пшеничной муки сделать болтушку, хорошо перемешать ее с кашицей из яблок, довести до кипения, добавить уксус, сахар и зелень укропа.

Можно подать к этому супу кубики поджаренного черного хлеба.

Суп-крем из крапивы

500 г крапивы, 3 ст. ложки масла, 3 ст. ложки пшеничной муки, сливочное масло, гренки.

Перебрать и промыть крапиву, положить ее в кипящую подсоленную воду и довести до готовности. Затем крапиву пропустить через мясорубку или протереть через сито. Спассеровать 3 ложки масла с 3 ложками муки и развести пассеровку отваром крапивы. Соединить с пюре. Варить суп при кипении 5-10 мин, потом снять с огня и положить кусочек сливочного масла.

Подать с мелко нарезанными гренками.

Суп-пюре с зеленью

1 л воды, 200 г ржаного хлеба, 30 г пшеничной муки, 10 г сметаны, 20 г сливочного масла, по 10 г мелко рубленной зелени укропа и петрушки, соль по вкусу.

Ржаной хлеб нарезать мелкими кусками, подрумянить на масле, положить в кастрюлю, залить кипятком, разварить, протереть через сито (отвар оставить). Подрумянить муку со сливочным маслом, вскипятить с протертым хлебом и его отваром, прибавить масло, сметану, соль, прогреть, но не кипятить, всыпать рубленые укроп и петрушку.

Суп-пюре из стручкового гороха

1 л овощного отвара или воды, 300 г стручков зеленого гороха или консервированного горошка, 1 морковь, маленький корень петрушки, лук-порей или 1 маленькая головка репчатого лука, 30–40 г сливочного маргарина, 2 ст. ложки пшеничной муки, 250 г сливок или 1–2 яичных желтка и 100 г сливок или молока, зелень, соль.

Горох очистить и отварить в небольшом количестве воды вместе с кореньями, приготовить пюре. Если горох молодой, то отварить в отдельной посуде и стручки. Из муки, маргарина и отвара приготовить соус, положить в него пюре, перемешать, затем добавить необходимое количество жидкости, довести до кипения и посолить. Сливки и смесь желтка со сливками (молоком) добавить в готовый суп при сервировке. Вместо сливок можно использовать масло. Сверху посыпать зеленью.

Суп можно приготовить и на рисовом отваре. В таком случае мучной соус делать не надо, вместо этого лучше разварить 2–3 ст. ложки риса и соединить их с пюре.

Гороховый суп-пюре с гренками

3 л воды, 500 г лущеного гороха, 100 г подсолнечного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 луковица, 1 батон белого хлеба, 100 г острого сыра, соль по вкусу.

Горох промыть, залить холодной водой и варить до тех пор, пока он совершенно не разварится. Протереть его через дуршлаг вместе с отваром. Суп посолить, добавить в него поджаренный в масле лук с мукой, разбавленный холодным отваром. Дать супу немного покипеть и снять с огня.

К гороховому супу подать поджаренные на подсолнечном масле гренки с сыром. Для этого надо снять с батона корку, нарезать его кубиками, положить на противень, сбрызнуть маслом, посыпать тертым сыром и поставить в нагретую духовку, чтобы они подрумянились.

Суп-крем из чечевицы

500 г чечевицы, 1 головка репчатого лука, 1 головка чеснока, 2 ст. ложки муки, 3–4 ст. ложки растительного масла, черный молотый перец, красный молотый сладкий перец, гренки или яйцо, соль.

Сварить чечевицу вместе с мелко нарезанным репчатым луком и головкой чеснока, разобранной на дольки. Довести чечевицу до полной готовности и протереть через сито. Спассеровать 2 ложки муки с 3–4 ложками растительного масла. Добавить немного черного молотого перца и немного красного молотого сладкого перца. Пассеровку развести и соединить с протертой чечевицей. Суп посолить и подать с мелко нарезанными гренками или мелко рубленным крутым яйцом.

Суп-пюре из фасоли, гороха или чечевицы

300 г фасоли, коренья, 1 головка репчатого лука, 3 ст. ложки растительного масла, соль, гренки.

Фасоль перебрать, промыть и с вечера замочить в воде. На следующий день слить воду и положить фасоль в кипяток. Когда закипит, слить воду и заменить другой, тоже кипящей. Добавить коренья и целую луковицу. Когда фасоль будет готова, сцедить отвар, вынуть коренья, фасоль и лук протереть через сито. Полученное пюре положить в кастрюлю, в которой варилась фасоль, добавить часть растительного масла и, держа на слабом огне, все время взбивать венчиком, вливая понемногу отвар. Посолить, добавить — холодным — остальное растительное масло и (при желании) немного молока. Дать вскипеть.

Подавать суп с гренками.

Суп-пюре из гороха или чечевицы готовят тем же способом, но не меняя при варке воду.

Суп-крем из фасоли

1,5–2 стакана сухой фасоли, 1–2 головки репчатого лука, 1 ломтик сельдерея, 1–2 моркови, 1 ст. ложка пшеничной муки, 3–4 ст. ложки сливочного масла, зеленый консервированный горошек или гренки, соль.

Промыть и замочить в воде сухую фасоль. На следующий день сварить фасоль, добавив к ней крупно нарезанные репчатый лук, сельдерей и морковь. Вареные овощи протереть через сито. Спассеровать ложку муки с 3–4 ложками масла и соединить с овощным пюре. Суп посолить и варить при кипении 5–6 мин.

При подаче положить в каждую глубокую тарелку с супом по нескольку ложек зеленого консервированного горошка (предварительно откинув его на дуршлаг) или мелко нарезанных гренков.

Лобио (суп-пюре из красной фасоли) (грузинская кухня)

200 г красной фасоли, 40 г репчатого лука, 60 г ядер грецких орехов, 20 мл винного уксуса, 4 г чеснока, перец, укроп, кинза, зелень петрушки, соль по вкусу.

В сваренную до полуготовности фасоль добавить сырой рубленый репчатый лук, чеснок, довести до готовности и процедить. Фасоль протереть, постепенно разводя эту массу отваром. Заправить толчеными орехами, уксусом, рубленой зеленью и перцем.

Суп-пюре из кукурузы молочно-восковой спелости

2,5 л воды, 1 кг свежей кукурузы или 300 г вареных консервированных зерен, 40 г моркови, 60 г корня петрушки и сельдерея, 60 г репчатого лука, 40 г сливочного масла, 40 г пшеничной муки, 125 г белого хлеба для гренков, сахар, соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана сливок или 2 стакана молока, 60 г сливочного масла, 1 яйцо (желток).

Початки ранней кукурузы очистить, опустить в кипящую подсоленную воду и варить до готовности. Морковь, петрушку, сельдерей, репчатый лук очистить, тонко нарезать и слегка обжарить на масле; добавить туда же зерна вареной кукурузы с небольшим количеством отвара или воды и тушить 12–15 мин до размягчения всех овощей. Готовые овощи протереть через сито. Приготовить мучную пассеровку, развести ее отваром от кукурузы, добавить протертые овощи и варить все 10–15 мин, изредка снимая накипь и мешая от дна. В горячий суп ввести льезон из желтка, сливок и сливочного масла и заправить солью и сахаром.

Суп подавать с гренками или кукурузными хлопьями.

Суп-пюре из консервированной кукурузы

1,5–2 л воды, 400 г вареной консервированной кукурузы с отваром, 40 г сливочного масла, 40 г пшеничной муки, сахар и соль по вкусу.

Для льезона: 3/4 стакана сливок или 2 стакана молока, 40 г сливочного масла, 1 яйцо (желток).

Банку с кукурузой обмыть теплой водой, обтереть и вскрыть. Примерно 1/5 часть зерен кукурузы отложить, накрыть и поставить в холодное место. Остальную кукурузу с отваром перелить в кастрюлю, прокипятить 6 8 мин до размягчения зерен и протереть через сито. Приготовить мучную пассеровку, развести ее кипяченой водой, добавить пюре кукурузы с отваром, все хорошо перемешать и варить 10–15 мин, изредка снимая пену и мешая от дна. Сварившийся суп снять с огня, ввести в него льезон из желтка, сливок и сливочного масла, заправить по вкусу солью и сахаром.

При подаче блюда на стол в тарелку положить зерна вареной кукурузы и залить их супом.

Суп-пюре из консервированной кукурузы можно приготовить и на молоке или мясном бульоне.

ГРИБНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ

Суп-пюре из свежих грибов

600 г свежих белых грибов, 150 г сливочного масла, 3 желтка, 1 стакан сметаны, 5 тарелок воды, 1 ст. ложка

пшеничной муки, соль.

Грибы очистить, хорошо промыть, положить в кастрюлю с разогретым маслом (50 г) и, закрыв крышкой, прожаривать до тех пор, пока жидкость не испарится и не останется только масло. Еще 50 г масла прогреть на сковороде с мукой, влить немного воды, хорошо размешать и вылить в грибы, непрерывно помешивая. Туда же влить 5 тарелок кипятка, посолить, прокипятить до густоты. Желтки растереть со сметаной, добавить в суп и, снова хорошо вымешав и не давая кипеть, прогреть на небольшом огне.

Перед подачей положить в суп оставшееся сливочное масло.

Суп-крем из грибов

500 г свежих грибов, 2 моркови средней величины, 1 головка репчатого лука, 2 ст. ложки муки, 3–4 ст. ложки жира, 1/2 ч. ложки молотого черного перца, 2 стакана горячего молока, гренки или рубленые яйца, зелень укропа.

Очистить и промыть грибы, морковь и луковицу. Затем мелко нарезать и положить в кипящую подсоленную воду. Довести до готовности, отцедить и пропустить через мясорубку. Полученное пюре положить в грибной отвар. Спассеровать муку с 3–4 ложками жира и добавить молотый черный перец. Пассеровку развести 2 стаканами горячего молока и влить в суп. Довести до кипения и немедленно снять с огня.

Подать с мелко нарезанными гренками или рублеными крутыми яйцами, смешанными с зеленью укропа.

Грибной суп-пюре

200 г свежих или 75-100 г отваренных в собственном соку белых грибов или рыжиков, 1 ст. ложка (30 г) сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка муки, 1/2 головки репчатого лука или лука-порея, 1/2 моркови, 1/2 корня петрушки или кусочек сельдерея, 1 ст. ложка сметаны или 1 яичный желток, 3–4 ст. ложки молока, соль, 1 л воды.

Для гарнира: 2 ст. ложки поджаренных кубиками гренков из пшеничного хлеба или вареный рис.

Грибы мелко порубить и вместе с кореньями, нарезанными тонкими кружочками, тушить в жире до готовности. При необходимости добавить немного воды или бульона. К концу тушения соединить с мукой и водой, все вместе проварить. Суп протереть через сито или пропустить через мясорубку с частой решеткой, затем снова довести до кипения и заправить.

При подаче к столу добавить смешанную с молоком сметану или яичный желток. Затем в тарелки с супом положить вареный рассыпчатый рис или нарезанные кубиками хрустящие гренки из пшеничного хлеба. Вместо них к супу-пюре можно подать рассыпчатое соленое печенье или печенье из сыра.

Суп-пюре из свежих белых грибов или шампиньонов

600 г свежих шампиньонов или белых грибов, 2 ст. ложки пшеничной муки, 4 стакана молока, 4 ст. ложки сливочного масла, по 1 шт. моркови и лука, соль.

Для заправки: 2 яичных желтка, 1 стакан сливок или молока.

Свежие шампиньоны очистить, вымыть, пропустить через мясорубку, сложить в кастрюлю, добавить столовую ложку масла, разрезанную вдоль на 2 части морковь и целую луковицу, накрыть крышкой и тушить 40–45 мин, потом прибавить стакан воды и прокипятить.

В суповой кастрюле слегка поджарить 2 ст. ложки муки и 2 ст. ложками масла, развести 4 стаканами горячего молока и стаканом овощного отвара или воды, вскипятить, смешать с тушеными шампиньонами (удалив морковь и луковицу) и варить 15–20 мин. После варки по вкусу положить соль, заправить суп маслом и яичными желтками, смешанными со сливками или молоком. Отдельно подать гренки.

Так же можно приготовить суп из свежих белых грибов или сморчков.

Суп-пюре с грибами на курином бульоне

400 г свежих грибов (белых или шампиньонов), 1 головка репчатого лука, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, 6 стаканов куриного бульона, 3 желтка, 1 стакан сливок, петрушка, сельдерей, соль.

Грибы тщательно промыть, мелко нарезать. Лук нашинковать, положить в кастрюлю и слегка обжарить в масле, добавить грибы и жарить 5-10 мин при непрерывном помешивании. Продолжая помешивать, ввести в грибы с луком муку, залить все бульоном, довести до кипения, добавить петрушку и сельдерей и варить все 40–50 мин на слабом огне. Бульон слить, петрушку и сельдерей вынуть, грибы пропустить через мясорубку, протереть через сито и смешать с бульоном.

Вилкой или веничком взбить желтки, смешать их со сливками и ввести тонкой струйкой в суп при непрерывном помешивании. Суп посолить по вкусу, разогреть на водяной бане до температуры не выше 70 °С, после чего подать к столу.

Суп-пюре из креветок с грибами (Франция)

1/2 стакана свежих мелко нарезанных грибов (лучше шампиньонов), 1 кг свежих или замороженных креветок, 4 ст. ложки сливочного масла, 3 стакана куриного бульона, 1 стакан белого сухого вина, 1 веточка сельдерея, щепотка красного молотого перца, щепотка мускатного ореха, 1 стакан 20 %-ных сливок, 1 стакан взбитых сливок.

Промытое и мелко нарезанное мясо креветок, грибы и сливочное масло положить в кастрюлю и обжаривать в течение 5 мин. Влить куриный бульон и сухое белое вино. Положить сельдерей, красный перец и мускатный орех. Варить все на слабом огне в течение 20 мин. Процедить, убрать сельдерей, а остальные овощи и креветки протереть через сито. Добавить, размешивая, сливки и посолить по вкусу. Подогреть. Перед подачей в каждую тарелку супа положить еще по ложке взбитых сливок.

На второе подать баранину с фасолью или печеный картофель, фаршированный сыром.

Суп-пюре из свежих грибов и раков

1,5 л белого соуса, 200 г грибов, 250 г раков, 150 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла, соль.

Белый соус приготовить на рыбном бульоне и бульоне из раков. В готовый суп положить нарезанные соломкой отваренные грибы и раковые шейки. Горячий суп заправить кипяченными сливками, яичными желтками и сливочным маслом. Если надо,

подсолить и поперчить.

Суп-пюре из гусиной печенки с куриным мясом и грибами

1,2 л белого соуса с куриным бульоном, 250 г пюре из гусиной печенки, 200 г куриного мяса, 100 г сливок, 50 г сливочного масла, 2 яйца, соль.

Белый соус приготовить на курином бульоне. Гусиную печенку отварить, отвар слить, печенку растереть до однородной массы и ввести в белый соус с куриным бульоном. Горячий суп-пюре заправить сливочным маслом, желтками и горячими сливками. В качестве гарнира использовать отваренное куриное мясо и отваренные грибы, нарезанные соломкой. Суп подсолить.

Суп-пюре с кнелями из печенки и грибами (Италия)

1,2 л белого соуса на курином бульоне, 250 г пюре из куриного мяса, 150 г кнелей из куриной печенки, 20 г трюфелей или белых грибов, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла, соль.

В приготовленный белый соус на курином бульоне ввести пюре (фарш) из куриного мяса и развести куриным бульоном. Из куриной печенки, булки, лука, яйца приготовить кнели, отварить в воде и положить в суп. Вместе с ними положить отваренные и нарезанные соломкой грибы. Заправить суп сливками и сливочным маслом. Подсолить, если надо.

Суп-пюре из фасоли с грибами (Италия)

1,5 кг пюре из фасоли, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 100 г горошка, 100 г грибов.

В обыкновенный суп-пюре из белой фасоли, заправленный маслом и сливками, положить свежий зеленый горошек, отдельно отваренный в воде, и свежие грибы, отваренные и нарезанные кубиками. Гарнир прибавить в суп при подаче.

Суп-пюре из кольраби с грибами (Норвегия)

500 г пюре из кольраби, 1 л мясного бульона, 100 г грибов, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла,

соль.

Мелкие кольраби ранних сортов отварить в воде, отцедить, протереть через сито. Полученное пюре развести бульоном, заправить сливками, взбитыми с желтками, подсолить. Суп подать с отваренными грибами, нарезанными соломкой. При подаче в суп положить кусочек сливочного масла и предложить гренки.

Суп-пюре с морковью, луком-пореем и грибами (Испания)

1,2 л бульона, 150 г моркови, 150 г лука-порея, 150 г помидоров, 100 г грибов, 100 г риса, 50 г щавеля, 50 г петрушки, 100 г сливок, 2 яйца, 50 г сливочного масла.

Морковь, лук-порей, помидоры, грибы и рис отварить отдельно, отцедить, протереть в одну посуду и развести бульоном. Суп подать со щавелем, нарезанным соломкой, и листиками петрушки. Заправить сливками, взбитыми с желтками, и сливочным маслом. Если надо, подсолить.

Суп-пюре с макаронами, грибами и ветчиной (Греция)

3 помидора, 50 г макарон, 30 г грибов, 50 г ветчины, 3 ст. ложки сливок, 1 яйцо (желток), 2 ч. ложки сливочного масла, соль.

Белый соус приготовить на курином бульоне. Помидоры нарезать, припустить, протереть через сито и соединить с соусом. Макароны отварить и нарезать кусочками, свежие грибы очистить, отварить и нарезать тонкими ломтиками. Так же нарезать ветчину. Подготовленные продукты положить в соус и довести до кипения. Суп заправить сливками, смешанными с растертым желтком и сливочным маслом. Чтобы желтки не свернулись, температура супа должна быть не выше 75 °С.

СУПЫ-ПЮРЕ С ЯИЧНО-МОЛОЧНОЙ ЗАПРАВКОЙ

Яично-молочный суп-пюре из картофеля и овощей

700-900 г картофеля, 100 г репчатого лука, 50 г моркови, 50 г петрушки (корень), 2 ст. ложки пшеничной муки, 2–3 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 л

молока или сливок, соль по вкусу.

Очищенный картофель отварить в бульоне или воде до полуготовности, добавить пассерованные до мягкости нарезанные репчатый лук, морковь, корень петрушки и варить картофель до готовности. Протереть овощи вместе с отваром. Пюреобразную массу соединить с приготовленным молочным соусом, смесь довести до кипения, развести до консистенции сливок горячим молоком, добавить соль и при слабом кипении проварить 5-10 мин, после чего кипение прекратить и заправить суп яично-молочной смесью (льезоном), кусочками сливочного масла. Суп промешать и больше не кипятить, до подачи хранить его на водяной бане. Отдельно к супу подать гренки из пшеничного хлеба.

Приготовление молочного соуса: просеянную пшеничную муку пассеровать на сливочном масле до светло- желтого цвета, охладить до 50–60 °С и, помешивая лопаточкой или венчиком, постепенно развести половиной нормы горячего молока до консистенции сметаны средней густоты и, если надо, процедить.

Приготовление гренков: черствый пшеничный хпеб с коркой или без корки нарезать мелкими кубиками и подсушить в духовке.

Приготовление яично-молочной смеси: яичные желтки хорошо размешать, постепенно добавляя горячее молоко или сливки, и, периодически помешивая веселкой, проварить на водяной бане до загустения.

Яично-молочный суп-пюре из картофеля и лука-порея

1 кг картофеля, 3 ст. ложки сливочного масла, 3 стебля лука-порея, 2–3 стакана молока, соль.

Для заправки: 2 яичных желтка, 3/4 стакана молока.

Очищенный и вымытый лук-порей нарезать, слегка поджарить на масле, прибавить очищенный, вымытый и нарезанный ломтиками картофель, залить 5 стаканами воды, положить соль и варить 25–30 мин. Сваренный картофель вместе с отваром протереть через сито, прибавить горячее молоко и размешать.

Перед подачей к столу заправить маслом и яичными желтками, смешанными с молоком. Отдельно подать гренки или кукурузные хлопья.

Яично-молочный суп-пюре из цветной капусты

600 г цветной капусты (можно консервированной), 1 морковь, 80 г пшеничной муки, 80 г сливочного масла, 1–2 желтка, 300 мл молока, соль по вкусу.

Часть мелких соцветий цветной капусты припустить до готовности в слегка подсоленной воде. Остальную капусту сварить вместе с пассерованной морковью и протереть через сито. Из муки, масла, молока и желтков приготовить соус. Протертые овощи хорошо перемешать, посолить по вкусу, довести до кипения, снять с огня. Слегка помешивая овощи, медленно ввести в них приготовленный соус.

При подаче в тарелки с супом опустить несколько отваренных соцветий капусты.

Суп-крем из цветной капусты

500 г цветной капусты, 100 г сливочного масла, 1 ч. ложка пшеничной муки, 2 яйца, 375 мл молока, лимонный сок, соль.

Капусту отварить в кипящей подсоленной воде, вынуть шумовкой на дуршлаг, затем нашинковать, потушить на масле, влить немного отвара и горячей протереть через сито.

Добавить остальной отвар, заправить подсушенной мукой, разведенной кипяченым молоком, яйцом и лимонным соком. Подать к столу с гренками.

Суп-пюре из цветной капусты с гренками из яиц

600 г цветной капусты, 1 луковица, 1,5 л воды, 1 морковь, 1 ст. ложка муки, 100 г сметаны, 50 г сливочного масла. 2 желтка. 1 л молока. соль.

Для гренков: 5 яиц, 1 ст. ложка зелени укропа, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка топленого масла, 50 г масла для жаренья, 1 стакан молока, 1 яйцо для панировки, 2 ст. ложки сухарей, соль по вкусу.

Сварить все овощи в воде с молоком, затем протереть их через дуршлаг, смешать с мукой, разбавить отваром, вливая его постепенно, хорошо прокипятить. Перед подачей заправить желтками, растертыми со сметаной (не давать супу кипеть), и

положить масло кусочками. Подавать с гренками из яиц.

Приготовление гренков: растереть 1 ст. ложку масла с 1 ст. ложкой муки, разбавить горячим молоком, посолить по вкусу и вскипятить до получения густой смеси, остудить. Яйца сварить вкрутую, мелко порубить, смешать с приготовленным соусом бешамель и всю массу слоем толщиной в палец разложить на плоской тарелке, смазанной маслом. Поставить в холодильник, чтобы масса хорошо застыла. Затем нарезать на полоски длиной и толщиной в палец. Обвалять полоски в муке, потом в яйце и сухарях. Жарить в большом количестве масла.

Подавать на тарелке, покрытой бумажной салфеткой, посыпав гренки рубленой зеленью укропа.

Суп-крем из консервированной цветной капусты

1 банка цветной капусты, 60 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана сливок, 1 яичный желток, 1/2 стакана молока, соль.

Разогреть масло, добавить муку и поджарить до получения заправки светлого цвета. Развести ее молоком и соком консервированной капусты и прокипятить. Консервированную капусту протереть через сито и положить в кипящий суп.

Перед подачей влить в суп сливки и яичный желток.

Суп-пюре из сыра с овощами

120-150 г сыра, зелень, редис, цветная капуста, сладкий перец, шерри, 4 яичных желтка, 150 г сливок, 1 л бульона.

Яичные желтки взболтать, добавить сливки и тертый сыр. Продолжая взбивать, постепенно влить горячий бульон.

Нагревать суп осторожно, не переставая помешивать, пока яйцо не свернется и суп не загустеет. Если суп перетереть, образуются хлопья. Готовый суп при желании заправить перцем.

К столу суп подавать с кусочками сырого редиса, кочешками цветной капусты и с зеленью.

Овощи можно сервировать и отдельно: редис целиком, цветную капусту небольшими кочешками, сладкий перец — очистив от семян и разрезав стручки пополам. На отдельной тарелке подать подсушенный в тостере белый хлеб.

Суп-крем из тыквы

1 кг очищенной тыквы, 3 ст. ложки пшеничной муки, 3–4 ст. ложки масла, 1/2 ч. ложки черного перца, 1–2 яйца, гренки или поджаренный хлеб, 2 стакана молока, соль.

Очищенную тыкву нарезать кубиками. Влить 3 стакана воды и посолить по вкусу. Варить до мягкости, затем взбить гладкое пюре. Спассеровать муку со сливочным маслом.

Пассеровку развести молоком, заправить молотым черным перцем и влить в пюре. Суп варить при кипении 4–5 мин, непрерывно размешивая. Заправить 1–2 яйцами.

Подать с мелко нарезанными гренками или поджаренными ломтиками хлеба. В тарелку с супом можно бросить щепотку поджаренных тыквенных семечек.

Яично-молочный суп-пюре из разных овощей

150 г свежей капусты, 200 г картофеля, 120 г брюквы или репы, 120 г моркови, 30 г репчатого лука, 40 г зеленого горошка, 40 г пшеничной муки, 40 г сливочного масла, 300 мл молока, 2 желтка, 1,5 л воды или молока.

Капусту, картофель, брюкву (репу) нарезать, отварить в подсоленной воде или бульоне. Морковь, лук спассеровать.

Овощи протереть. Далее готовить, как суп-пюре из картофеля и овощей.

Суп-пюре из фасоли со сливками

350 г фасоли, 250 г разных кореньев (моркови, лука-порея, сельдерея, петрушки), 2 ст. ложкипшеничной муки, 1–2 ст. ложки сливочного масла, перец черный (10 горошин), лавровый лист, 1 желток, 2/3 стакана сливок, соль.

Из кореньев сварить бульон. Готовый бульон процедить. Фасоль отварить отдельно в несоленой воде, протереть и присоединить к бульону. Муку спассеровать, разбавить бульоном и добавить к супу. Желток взбить со сливками и тонкой струйкой ввести в суп при непрерывном помешивании, После этого поставить суп на огонь на 10 мин, не доводя его до кипения.

Подавать с белыми сухариками.

Суп-пюре из кабачков и молодой фасоли

2-3 кабачка, 20 стручков фасоли, 3 ст. ложки пшеничной муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана сливок, 1 желток, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Кабачки очистить, промыть, нарезать тонкими кружочками, положить в сотейник, добавить измельченный лук-порей, сливочное масло, 1/2 стакана овощного отвара, немного соли и тушить до мягкости. Затем протереть все через сито, влить 1/2 л белого соуса, хорошо размешать, добавить соль по вкусу, дать вскипеть и кастрюлю сдвинуть на край плиты.

Молодую стручковую фасоль очистить от жилок, нарезать мелкими ромбиками и отварить в слегка подсоленной воде.

Желтки взбить со сливками, прогреть на плите, не доводя до кипения, влить через сито в суп, добавить несколько кусочков сливочного масла, размешать.

При подаче к столу в тарелки положить по 1 ст. ложке отварной фасоли, залить супом-пюре, добавить по 10–15 гренок из белого хлеба, посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

Основу холодных супов в русской кухне составляют хлебный и свекольный квас, овощные и грибные отвары, отвары из фруктов и ягод, соки. В белорусской, литовской и болгарской кухне для приготовления холодных супов используют простоквашу, молочную сыворотку (пахту), кефир.

На хлебном квасе и свекольном отваре приготовляют окрошку, ботвинью, борщ, холодец.

Продукты, входящие в состав холодных овощных супов, должны быть охлаждены и иметь температуру не выше 10–12 ˚С. Кроме того, рекомендуется в некоторые супы (окрошку, ботвинью) при подаче к столу класть кусочки чистого пищевого льда, выработанного из питьевой воды.

В окрошки и ботвиньи добавляют высокопитательные и богатые витаминами продукты (мясо, яйца, рыбу, зеленый лук, овощи, шпинат, щавель, сметану и т. д.).

Овощи, мясо и другие продукты предварительно отваривают, нарезают маленькими кубиками, соломкой либо делают из них пюре. В состав большинства холодных супов входит зеленый лук. Его следует мелко нарезать, посыпать солью и растирать выпуклой стороной деревянной ложки, пока он не даст сок. Свежий огурец моют и нарезают вместе с кожурой, кожуру и семена удаляют только у старых огурцов.

Желтки сваренных вкрутую яиц разминают вилкой, добавляют немного соли, горчицы и сметаны, растирают смесь деревянной ложкой, затем постепенно вливают в жидкую основу и кладут остальные продукты. Белок мелко рубят.

Подготовленные продукты держат на холоде в отдельной посуде. С охлажденной жидкостью их смешивают за 1/4-1/2 часа до еды. Часть продуктов кладется в холодные супы в сыром виде. Супы обильно посыпают зеленью. Все это делает их особенно питательными.

Подают окрошки двумя способами:

1) все продукты кладут в заправленный квас и окрошку разливают в тарелки;

2) нарезанные продукты укладывают в салатники или миски, а заправленный квас подают в кувшинах.

Холодные супы особенно рекомендуются в весенне-летнее время. Они вкусны, питательны, действуют освежающе и возбуждают аппетит.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА КВАСЕ

Рецепт приготовления хлебного кваса

Высушить несколько ломтиков черного ржаного хлеба (можно черствого). Вскипятить воду, кипятком залить сухари и оставить их на несколько часов для настаивания. Через 3–5 часов настоявшуюся воду процедить, в полученную жидкость (сусло) добавить сахар, дрожжи (или горсть изюма) и поставить в теплое место для брожения. По окончании брожения квас процедить и использовать для приготовления окрошек, супов или как напиток. Хранить хлебный квас в холодильнике!

Рецепт приготовления свекольного кваса

На 1 кг свеклы взять 5 л воды. Красную свеклу очистить, промыть, нарезать брусочками, залить охлажденной кипяченой водой, добавить 2–3 корочки ржаного хлеба и поставить на несколько дней в теплое место для закисания. Настоявшийся квас процедить и использовать по мере надобности. Свекольный квас следует хранить в холодном месте.

Окрошки

Окрошки с мясом и дичью

Окрошка мясная

1,5 л кваса, 400 г говядины, 150 г зеленого лука, 300 г свежих огурцов, 200 г сметаны, 2,5 яйца, 25 г сахара, 10 г готовой горчицы, 25 г зелени, соль.

Охлажденное вареное мясо и очищенные от кожицы свежие огурцы нарезать мелкими кубиками или короткой соломкой (1,5–2 см). Зеленый лук тонко нашинковать и растирать с небольшим количеством соли до тех пор, пока не появится сок. Яйца сварить вкрутую, нарубить или мелко нашинковать. В сметану положить яйца, зеленый лук, горчицу, сахар, соль (по вкусу), хорошо перемешать и развести квасом. В полученную смесь добавить остальные подготовленные продукты и снова размешать.

При подаче окрошку посыпать укропом.

Если окрошку приготовляют в большом количестве, то нужно соединить все подготовленные продукты со сметаной, добавить немного квасу и хранить на льду. При подаче в тарелку положить порцию продуктов со сметаной, налить квас и посыпать укропом.

Окрошка мясная сборная

1,5 л кваса, 200 г говядины, 150 г телятины, 150 г вареной ветчины (окорок), 300 г огурцов, 150 г зеленого лука, 2,5 яйца, 200 г сметаны, 25 г сахара, 10 г готовой горчицы, зелень, соль.

Приготовить и подать эту окрошку так же, как и мясную. Телятину предварительно поджарить или сварить. Набор мясных продуктов в пределах нормы можно изменять: например, включить в набор вареный свежий или соленый язык, нежирную баранину, солонину и т. п.

Мясная окрошка с картофелем

1 л хлебного кваса, 100 г вареной говядины, постной свинины или баранины, ветчина, колбаса, 100–150 г свежих огурцов, 2–3 вареные картофелины, 3–4 ст. ложки рубленого зеленого лука, 1 сваренное вкрутую яйцо, 2–3 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка горчицы, сахар, рубленый укроп, соль.

Огурцы и вареный картофель нарезать соломкой или кубиками. Зеленый лук посыпать солью и разминать деревянной ложкой до тех пор, пока не выделится сок. Яичный белок изрубить. Яичный желток растереть на дне миски с горчицей, посолить, добавить сметану и квас, хорошо размешать. Затем положить подготовленные овощи, рубленый белок, нарезанное кусочками мясо. Добавить соль, сахар и рубленый укроп. Поставить на холод на 15–20 мин.

Окрошку можно приготовить и без картофеля. В таком случае надо взять больше огурцов или заменить его частично редисом.

Мясная окрошка с квашеной капустой

1 л хлебного кваса, 100 г вареного постного мяса (ветчины, колбасы), 150 г хорошей квашеной капусты, 4 ст. ложки рубленого зеленого лука, 1 свежий огурец, 3 вареные картофелины средней величины, 3 ст. ложки сметаны, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 ч. ложка горчицы, сахар, 2 ст. ложки рубленого укропа, соль.

Мясо (ветчину, колбасу), картофель и огурец нарезать маленькими кубиками, капусту измельчить, зеленый лук растереть с солью. Желтки смешать с горчицей, солью, сахаром, сметаной и квасом. Подготовленные продукты положить в квас. Суп окончательно посолить и подержать некоторое время на холоде.

Квас можно заменить простоквашей.

Окрошка из дичи и телятины

1,5 л кваса, 250 г телятины, 2 рябчика или 2 куропатки, 150 г зеленого лука, 300 г свежих огурцов, 200 г сметаны, 2,5 яйца, 25 г сахара, 10 г готовой горчицы, зелень, соль.

Приготовить и подать эту окрошку так же, как и мясную. Телятину и рябчика или куропатку предварительно поджарить или сварить.

Окрошки с грибами

Окрошка грибная с хреном

1,2 л хлебного кваса, 200 г соленых грибов, 100 г зеленого лука, 400 г картофеля, 50 г хрена, 10 г укропа, 100 г сметаны, соль.

Грибы соленые или маринованные перебрать, промыть и мелко порубить. Картофель отварить в мундире, очистить и мелко нарезать, зеленый лук нарезать, натереть на терке очищенный хрен. Все сложить в кастрюлю и залить хлебным квасом, хорошо размешать, посолить, заправить сметаной (половиной), остальной частью полить при подаче к столу.

Окрошка грибная с горчицей

1,5 л хлебного кваса, 400 г соленых грибов, 250 г картофеля, 50 г моркови, 100 г зеленого лука, 200 г свежих огурцов, 2 вареных яйца, 200 г сметаны, 20 г столовой горчицы, укроп, сахар, соль по вкусу.

Соленые трибы промыть в холодной воде, дать стечь воде. Затем грибы и свежие огурцы нарезать мелкими кубиками, измельчить зеленый лук. Морковь и картофель сварить неочищенными, охладить, очистить и нарезать кубиками. Желтки вареных яиц растереть с готовой горчицей и небольшим количеством сметаны. Белок порубить. В свежий хлебный квас положить подготовленные продукты, заправить смесью из желтков и горчицы, добавить соль и сахар.

Перед подачей положить сметану и измельченную зелень укропа.

Окрошка овощная с грибами

1 л кваса, 300 г картофеля, 75 г соленых грибов (белых, груздей или рыжиков) или 100 г моркови, 120 г зеленого лука, 30 г укропа, 150 г свежих огурцов, 100 г яблок, 1 яйцо, 90 г сметаны, сахар, горчица, соль по вкусу.

Картофель отварить, остудить, очистить, нарезать мелкими кубиками и сложить в кастрюлю. Яблоки очистить от кожицы и сердцевины, свежие огурцы — от кожицы, соленые грибы промыть. Все нарезать кубиками и присоединить к картофелю, туда же добавить нашинкованный зеленый лук и укроп. Отваренное вкрутую яйцо охладить и очистить. Белок изрубить и также положить к картофелю. Все залить квасом и перемешать. Желток яйца растереть, добавить к нему горчицу, сахар, соль, развести небольшим количеством кваса и ввести в окрошку. Туда же влить сметану, разведенную квасом, и все размешать. Окрошку охладить, окончательно заправить по вкусу солью, горчицей, сахаром и подать к столу.

Грибы можно заменить отварной морковью или зелеными бобами, свежие яблоки — моченными или вишней без косточек.

Грибной квас

1,5 л кваса, 7–8 белых сухих грибов, 2–3 луковицы, 1 корень петрушки, 2–3 ст. ложки укропа, 1 ст. ложка петрушки, 1/2 ч. ложки кориандра, 2–3 лавровых листа, 1 небольшой корень сельдерея с зеленью, 5–6 горошин черного перца, соль.

Грибной квас — суп, употребляемый в основном в холодном, но также и в горячем виде (зимой). Готовят его на основе хлебного кислого кваса с добавлением четвертой части воды.

Грибы размочить в течение получаса в воде комнатной температуры в глиняной или эмалированной посуде, затем измельчить, добавить туда квас, нарезать лук, петрушку, сельдерей, закрыть и поставить на слабый огонь на 1 час.

Затем добавить остальные пряности, дать постоять 15–20 мин на горячей плите или в духовке на слабом огне, после чего заправить разогретой сметаной, перемешать и дать остыть под крышкой.

Овощные окрошки

Окрошка овощная с редисом

1,5 л хлебного кваса, 400 г картофеля, 100 г моркови, 100 г редиса, 150 г зеленого лука, 350 г свежих огурцов, 150 г сметаны, 2–3 яйца, 25 г сахара, 10 г готовой горчицы, зелень, соль.

Картофель вымыть и сварить в кожуре. Морковь и репу очистить и сварить отдельно. Овощи охладить и нарезать мелкими кубиками (2–2,5 см). Картофель очистить от кожуры и также нарезать кубиками, лук нашинковать и растирать с небольшим количеством соли до тех пор, пока не появится сок. В остальном окрошку приготовить так же, как мясную.

Окрошка с картофелем и овощами

1,4–1,7 л хлебного кваса, 400–500 г картофеля, 120–

150 г зеленого лука, 3–4 свежих огурца, 2–3 яйца, 4–5 ст. ложек сметаны, 1–2 ч. ложки готовой горчицы, соль, сахар, зелень по вкусу.

Сваренный очищенный картофель, свежие огурцы нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук нашинковать. Часть вареных яичных желтков растереть с солью, столовой горчицей, 1/4 нормы сметаны, сахаром до получения однородной массы и соединить с охлажденным хлебным квасом. Четверть нормы зеленого лука растереть с солью до образования жидкой массы и также соединить с квасом. В тарелки положить подготовленные нарезанные овощи, добавить нарезанные яйца, залить охлажденным квасом, добавить сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

В овощную окрошку можно добавить красную или белую редиску, листья зеленого салата, соответственно уменьшив закладку других овощей.

Окрошка весенняя

1 л хлебного кваса, 3–4 средние вареные картофелины, 1 пучок (100 г) редиса, 2–3 листа зеленого салата, 1 средний свежий огурец, 2–3 ст. ложки рубленого зеленого лука, 1–2 сваренных вкрутую яйца, 3–4 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка горчицы, сахар, рубленый укроп, соль.

Овощи нарезать маленькими кубиками или соломкой, листья салата измельчить руками. Зеленый лук растирать с солью до тех пор, пока не выделится сок. Яичные желтки растереть с горчицей, солью и сахаром, залить квасом. Добавить подготовленные овощи и рубленый белок. Окончательно посолить.

Держать окрошку на холоде не больше 15–30 мин, иначе суп станет безвкусным.

Окрошка уральская

1 л кваса, 5 яиц, 250 г картофеля, 150 г квашеной капусты, 100 г моркови, 150 г зеленого лука, 150 г свежих огурцов, зелень укропа, горчица, соль.

Картофель, морковь отварить, очистить, нарезать мелкими кубиками. Редис и свежие огурцы нарезать также кубиками. Квашеную капусту и лук перебрать и мелко порубить. Подготовленные овощи сложить в кастрюлю, залить квасом, добавить рубленые белки яиц. Желток хорошо размять, развести квасом, соединить с остальными продуктами.

Подать, посыпав укропом, заправить сметаной.

Сельская крошенка

3 стакана кваса, 6 ст. ложек квашеной капусты, 2 средние картофелины, 30 г репчатого лука, по 2 ч. ложки растительного масла и тертого хрена, сахар, соль по вкусу.

В квас добавить квашеную капусту, отварной холодный картофель, нарезанный кубиками, рубленый репчатый или зеленый лук, растительное масло, немного тертого хрена, сахар, соль по вкусу. Перемешать.

Окрошка с кукурузой

1 л кваса, 150 г зерен консервированной кукурузы (или 500 г свежей кукурузы в початках), 150 г картофеля, 2 яйца, 200 г свежих огурцов, 100 г зеленого лука, 15 г укропа, 100 г сметаны, сахар, горчица, соль по вкусу.

Приготовляется так же, как указано в рецепте «Окрошка овощная с картофелем и овощами» (см. выше). Перед заправкой окрошки в нее помимо овощей кладут зерна вареной кукурузы.

Окрошка по-домашнему

1,5 л кваса, 8-10 клубней картофеля, 2 моркови, 1/8 клубня брюквы, 2 стебля зеленого лука, 1 пучок редиса, 2 свежих огурца, 2 яйца, 4 ст. ложки сметаны, горчица, сахар, зелень, соль по вкусу.

Для кваса: 1 буханка ржаного хлеба, 4 л кипяченой

воды, 1/2 палочки дрожжей, 1/2 стакана сахара.

Ржаной хлеб нарезать мелкими кусочками и подсушить в духовке до красного цвета, затем переложить в эмалированную кастрюлю, залить кипятком, закрыть крышкой, перенести в теплое место и оставить на 1–1,5 часа для настаивания, за это время необходимо 2–3 раза помешать. Затем настой слить, добавить к нему сахар, разведенные дрожжи и поставить в теплое место для брожения на 8-10 часов. Как только квас начнет бродить, его необходимо процедить и поставить в холодильник или на лед.

Картофель, морковь, брюкву хорошо промыть и отдельно отварить, очистить, нарезать мелкими кубиками. Свежие огурцы, зеленый лук, редис очистить, промыть и нарезать также мелкими кубиками. Яйца отварить вкрутую, отделить желтки, а белки нарезать мелкими кубиками. Желтки соединить с солью, сахаром и репчатым луком, сметаной и готовой горчицей, хорошо растереть и заправить приготовленный квас. Затем подготовленные картофель, морковь, брюкву, огурцы, лук, редис и яйцо залить заправленным квасом и посыпать зеленью укропа.

Окрошка из лука

Зеленый лук нарезать, размять, посолить, залить квасом и заправить сметаной. В луковую окрошку можно добавить отварной, порезанный кубиками картофель или свеклу, сельдь, мелко нарубленную брынзу, сыр и огурцы.

Вместо кваса можно использовать простоквашу, разведенную холодным кипятком, с добавлением соли и сахара.

Окрошки с рыбными продуктами

Окрошка с рыбой

1,5 л кваса, 500 г рыбы, 3 картофелины, 1 пучок редиса, 4–5 ст. ложек мелко нарезанного зеленого лука, 2 вареных яйца, 2–3 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка столовой горчицы, 1 ч. ложка сахара, укроп, соль по вкусу.

Рыбу отварить, отделить мякоть и нарезать ее кусочками. Отварную рыбу соединить с нарезанными кубиками белками яиц, отварным картофелем, редисом, огурцами и зеленым луком. Желтки яиц растереть с солью, сахаром и горчицей, тщательно перемешать и развести квасом. К нарезанным продуктам добавить заправленный квас, сметану и посыпать окрошку мелко нарезанной зеленью укропа.

Можно отдельно подать горячий картофель на тарелке, посыпав его мелко нарезанной зеленью укропа.

Окрошка уральская с рыбой

1,5 л кваса, 500 г рыбы, 2 картофелины, 1 пучок редиса, 1 стакан квашеной капусты без рассола, 4–5 ст. ложек мелко нарезанного зеленого лука, 2 вареных яйца, 3 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка столовой горчицы, 1 ч. ложка сахара, 1 пучок зелени укропа, соль.

Рыбу отварить, отделить мякоть и нарезать ее мелкими кусочками. Зеленый лук растереть с солью. Квашеную капусту промыть и мелко порубить. Белки яиц, вареный картофель и редис нарезать кубиками. Желтки яиц растереть с солью, сахаром, горчицей, перемешать и заправить ими квас. Нарезанные продукты соединить, залить квасом, добавить сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Окрошка рыбная с хреном или редькой

1,5 л ржаного кваса, 500 г рыбы, 1/2 стакана мелко нарезанного зеленого лука, 3 свежих огурца, 2–3 вареных яйца, 3 вареные картофелины, 1 редька, 1 небольшой корень хрена, 2–3 ст. ложки сметаны, 1 пучок зелени, соль по вкусу.

Рыбу разделать на филе, отварить, охладить и нарезать кусочками. Яйца порубить. Свежие огурцы и редьку (небольшую) натереть на терке с крупными отверстиями. Лук растереть с солью.

Если окрошку готовят с хреном, то его натереть на терке с мелкими отверстиями, а затем ввести в квас и перемешать.

Подготовленные продукты соединить, залить квасом, добавить сметану и посыпать зеленью укропа. К окрошке подать горячий отварной картофель, посыпанный зеленью укропа.

Окрошка с кальмарами

1,5 л хлебного кваса, 500–600 г филе кальмаров, по 100 г вареного картофеля и зеленого лука, 400–500 г свежих огурцов, 3 яйца, 5 ст. ложек сметаны, 1 ст. ложка (без верха) готовой столовой горчицы, сахар, зелень петрушки или укропа, соль по вкусу.

Вареных кальмаров, картофель и свежие огурцы нарезать кубиками. Мелко нарезать зеленый лук. Четвертую часть нормы вареных яичных желтков и сметаны растереть со столовой горчицей, солью, сахаром, четвертую часть зеленого лука растереть с солью; все соединить с квасом и перемешать. Мелко нарезать сваренные вкрутую яйца.

При подаче все нарезанные продукты разложить в тарелки, залить заправленным квасом, положить сметану и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Окрошка с мясом криля

1,5 л кваса, 200 г варено-мороженого мяса криля, 2 вареных яйца, 3 свежих огурца, 1/2 стакана мелко нарезанного зеленого лука, 2 вареные картофелины, 2–3 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка столовой горчицы, 1 ч. ложка сахара, 1 пучок зелени, соль.

Мясо криля довести до кипения и разобрать на кусочки. Все остальное сделать так же, как указано в рецепте «Окрошка с кальмарами» (см. предыдущий рецепт).

Рыбные холодники

Рыбный холодник по-польски

1 л кваса, 300 г осетрины, 150 г свеклы, 150 г свежих

огурцов, 60 г зеленого лука, 45 г укропа, 150 г щавеля, 6 мелких раков, 1 яйцо, 100 г сметаны, сахар, молотый перец, горчица и соль по вкусу.

Свеклу промыть, залить холодной водой, добавить немного уксуса и отварить. Затем очистить ее и нарезать мелкими кубиками. Щавель перебрать, промыть, потушить и протереть через сито. Осетрину ошпарить, соскоблить с нее все жучки, промыть и отварить.

Готовую осетрину остудить в отваре и нарезать мелкими кубиками.

Раков отварить и очистить. Зеленый лук и укроп мелко нарезать, свежие огурцы очистить и нарезать кубиками. Сваренные вкрутую яйца остудить и очистить. Белки изрубить, а желтки растереть с солью, горчицей, молотым перцем и сахаром, соединить с протертым щавелем и сметаной и развести квасом. Сюда же положить свеклу, огурцы, сметану, осетрину, лук, белки яиц, раков, снова все перемешать и выставить на холод.

Перед подачей к столу холодец окончательно заправить горчицей, солью и сахаром, налить в тарелки и посыпать мелко нарезанным укропом.

Суп-холодник с консервированной рыбой

700 мл хлебного кваса, 1 банка натуральных рыбных консервов, 80 г зеленого лука, 200 г свежих огурцов, 100 г сметаны, 1 яйцо, 10 г сахара, немного столовой горчицы, укроп, соль.

Свежие огурцы нарезать соломкой, зеленый лук нашинковать, крутое яйцо порубить. Сок из консервированной рыбы добавить в суп-холодник. В остальном приготовить суп, как окрошку.

При подаче посыпать укропом.

Холодник с крабами

1 л хлебного кваса, 100–120 г консервированных крабов, 100 г зеленого лука, 250 г свежих огурцов, 150 г сметаны, 2 яйца, 15 г сахара, укроп, соль по вкусу.

Свежие огурцы нарезать короткой соломкой, лук зеленый и яйца вареные нашинковать, крабы нарезать кусочками. Сок от крабов использовать, добавив его в квас.

В сметану положить яйца, зеленый лук, сахар, соль, хорошо перемешать и развести охлажденным квасом. В полученную смесь добавить остальные подготовленные охлажденные продукты и снова размешать.

При подаче окрошку посыпать укропом.

Если окрошку приготовляют в большом количестве, то надо соединить все подготовленные продукты со сметаной, добавить немного кваса и держать в холодильнике (или на льду). При подаче в тарелку положить порцию продуктов со сметаной, налить холодный квас и посыпать укропом.

Ботвиньи

Ботвинья зеленая

1,5 л кваса, 2 пучка щавеля и шпината, 1 пучок свекольника, 2–3 свежих огурца, 4 стебля зеленого лука, 4 яйца, 4 ст. ложки сметаны, сахар, горчица, зелень, соль по вкусу.

Щавель, шпинат и молодой свекольник перебрать, хорошо промыть и сварить в подсоленной воде. Затем отвар слить, зелень охладить и мелко нарубить. Свежие огурцы нарезать мелкими кубиками, зеленый лук, укроп и петрушку вымыть и также мелко нарезать. Затем все вместе соединить и залить заправленным квасом, как для окрошки (см. рецепт «Окрошка по-домашнему»).

Перед подачей к столу в тарелку налить ботвинью, положить половину вкрутую сваренного яйца, посыпать зеленью укропа.

Ботвинья домашняя

1 л кваса, 100 г шпината, 100 г молодой крапивы, 150 г щавеля, 15 г сахара, 6 г соли.

Для гарнира: отварная рыба, свежие огурцы, зеленый лук, хрен, зеленый салат.

Подготовленные шпинат с крапивой и щавель припустить по отдельности, протереть, развести квасом, добавить соль, сахар. Отварную рыбу, ломтики свежих огурцов, нашинкованный зеленый лук, тертый хрен, листовой салат подать отдельно.

Ботвинья простая полная

1,25 л хлебного кваса, 500 г рыбы, 1,5–2 стакана отваренного щавеля, 1 стакан отваренной крапивы, 3 молодые свеклы с ботвой, 2 свежих огурца, 1–2 ст. ложки тертого хрена, 1/2 лимона, 1 ч. ложка горчицы, 1/2 стакана зеленого лука, 1 ч. ложка сахара, 1,5 ложки укропа, 1 ч. ложка соли.

Ботву молодых свеколок целиком и корешки (отдельно) слегка припустить до мягкости. Так же слегка отварить (не более 5 мин) целые листья щавеля. Крапиву промыть в холодной воде, ошпарить кипятком и откинуть на дуршлаг. Суповую зелень отмерить по рецепту и мелко нарезать. (Ни в коем случае не протирать и не пропускать через мясорубку, иначе ботвинья превратится в суп-пюре и изменит вкус.) К зеленой массе добавить нарезанные корешки свеклы, а также мелко нарезанный зеленый лук, перетертый с солью и укропом.

Приготовить квасную основу: срезать цедру лимона, растереть ее с сахаром в чашке и добавить туда лимонный сок, горчицу, хрен, немного кваса и влить в основную массу кваса.

Квасную основу соединить с ботвичной массой, добавить туда нарезанный мелкими кубиками огурец и дать постоять на холоде 15–20 мин, смесь должна настояться, а кислая основа впитаться в ботву.

Приготовить рыбную часть ботвиньи: набор кусочков (по 50 г) красной рыбы разных видов (осетра, севрюги, лосося) отварить в небольшом количестве кипящей подсоленной воды с луком, укропом, черным перцем и лавровым листом. Свежепросоленную и солено-копченую рыбу варить в течение 2–3 мин, сырую — 10 мин. Использовать неотваренную соленую, а тем более солено-копченую рыбу нельзя, так как она не сочетается с кислой основой и портит вкус этого дорогого и трудно приготовляемого блюда.

Ботвинью подать либо как первое блюдо, либо после горячего первого как жидкую закуску перед жарким. К ней подать две ложки и вилку: вилкой брать рыбу, одной ложкой прихлебывать ботвинью, другой из чашки со льдом периодически подкладывать в ботвинью кусочки льда, чтобы она все время оставалась холодной. Хлеб к ботвинье подавать только свежий ржаной.

Ботвинья «Весна»

1,2 л хлебного кваса, 200 г отварной рыбы, 200 г листьев крапивы, 100 г лебеды, 150 г щавеля, 60 г хрена,

50 г зеленого лука, 200 г свеклы, 20 г укропа.

Это разновидность окрошки. Молодые листья крапивы (лебеды, щавеля) слегка отварить и развести квасом, добавить тертый хрен, мелко нарезанный зеленый лук, укроп и печеную свеклу.

Ботвинью охладить и подать с отварной рыбой.

Ботвинья из зелени с рыбой

1 л кваса, 250 г вареной рыбы (осетрины, судака и др.), по 250 г шпината и щавеля, 1 ч. ложка сахара, 2 свежих огурца, 75 г зеленого лука, 50 г хрена.

Шпинат и щавель перебрать и хорошо промыть. Шпинат сварить в кипящей воде, а щавель отдельно тушить в закрытой кастрюле. После этого шпинат и щавель протереть через сито. Подготовленное пюре положить в кастрюлю, добавить сахар, соль, немного горчицы и развести все это хлебным квасом, затем добавить нарезанные кубиками свежие огурцы, нашинкованный зеленый лук и укроп.

Подавая к столу, в тарелку положить натертый хрен и кусочки вареной рыбы, которую можно также подать и на отдельном блюде. Кроме вареной рыбы к ботвинье можно подать балык белорыбий, бок белужий, тешу белорыбью и др.

Вместо шпината можно использовать молодую крапиву.

Рыбная ботвинья с раковыми шейками

1,75 л кваса, 500 г осетрины или севрюги (или 150 г балыка белорыбьего, или 175 г крабов), 350 г шпината, 200 г щавеля, 100 г зеленого лука, 125 г зеленого салата, 300 г свежих огурцов, 75 г хрена (корня), 5 раков, 1/3 лимона (цедра), 25 г сахара, зелень, соль по вкусу.

Ботвинью готовят с белугой, осетриной, судаком или балыком белорыбьим и осетровым, а также с консервированными крабами.

Рыбу сварить и охладить. Шпинат и щавель сварить отдельно, а затем протереть. Огурцы нарезать короткой соломкой, хрен натереть на терке, лук нашинковать. Пюре из шпината и щавеля соединить, добавить соль, сахар, лимонную цедру и развести квасом.

При подаче ботвинью налить в миску или тарелку. Рыбу нарезать на порции, положить на блюдо, гарнировать свежими огурцами, зеленым луком, хреном, укропом. На рыбу положить раковые шейки и украсить блюдо салатом. Отдельно в салатнике подать кусочки пищевого льда.

Ботвинья с осетриной и раками

1,5–1,75 л кваса, 150 г щавеля, по 300 г шпината и свежих огурцов, по 100 г хрена и зеленого лука, 50 г укропа, 400 г осетрины, 5-10 раков, сахар, горница, соль по вкусу.

Осетрину вымыть, ошпарить, соскоблить с нее все жучки, срезать хрящи, разрезать на 5 равных ломтиков, опустить в кипящую подсоленную воду, добавить обрезки белой части зеленого лука и отварить. Готовую осетрину остудить в отваре.

В кипящей подсоленной воде отварить раков, остудить и очистить их.

Промытый щавель потушить, а шпинат отварить. То и другое протереть через сито.

В глубокую посуду положить горчицу, сахар, соль, растереть их, добавить протертые щавель и шпинат, влить квас и все перемешать. Готовую ботвинью заправить по вкусу солью, сахаром и горчицей и поставить на лед.

Перед подачей к столу кусочки холодной осетрины обсушить, положить на мелкие тарелки, на них поместить раковые шейки и клешни, сбоку — ровными горками очищенные и нарезанные кубиками свежие огурцы, мелко нарезанные зеленый лук и укроп, натертый хрен. В глубокие тарелки разлить ботвинью.

К ботвинье помимо осетрины можно подать севрюгу, белугу, судака, лососину, тайменя.

Раков можно заменить крабами или крабовыми палочками.

Свекольники

Свекольник овощной

1 л хлебного кваса, 1 свекла, 1–2 картофелины, 1 морковь, 1–2 свежих огурца, 50–75 г зеленого лука, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка сахара.

Вареные и охлажденные свеклу, морковь, а также свежие огурцы нарезать мелкими кубиками. Вареный картофель натереть на терке. Зеленый лук мелко нарезать и размять ложкой, добавив немного соли, чтобы он сделался мягким и дал сок. Сваренные вкрутую яйца очистить, отделить белки от желтков, белки нарубить мелкими кусочками, а желтки растереть с горчицей.

Растертый зеленый лук соединить с картофелем, желтками, сметаной, сахаром, солью, все это перемешать, развести квасом, положить нарезанные свеклу, морковь и белки.

При подаче к столу положить в свекольник нарезанную зелень укропа.

Морковь и свеклу можно заменить вареными овощами, например репой, цветной капустой.

Свекольник овощной с яблоками

1,2 л кваса, 100 г свеклы, 250 г картофеля, 150 г свежих огурцов, 80 г свежих яблок, 2 яйца, 80 г зеленого лука, 20 г сахара, 100 г сметаны, 15 г горчицы, 20 г зелени петрушки.

Вареные картофель, свеклу, а также очищенные огурцы и яблоки без семенной коробочки нашинковать кубиками. Яйца сварить вкрутую. Желтки растереть с горчицей, сметаной, зеленым луком, сахаром, солью и развести квасом, белки измельчить. В кастрюлю положить овощи, яичные белки и залить квасом.

Подать, добавив рубленую зелень.

Свекольник по-белорусски (холодник)

Квас или свекольный отвар, 300–400 г вареной свеклы, 200 г свежих огурцов, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г зеленого лука, 1 стакан сметаны, сахар, укроп, сок лимона или лимонная кислота, соль по вкусу.

Хлебный, свекольный квас или охлажденный отвар, в котором варилась свекла, разбавить холодной кипяченой водой, добавить нарезанные тонкой соломкой свеклу и огурцы, мелко рубленный лук, соль, сахар, укроп, сок лимона и поставить в холодильник.

При подаче в тарелки положить кружочки яиц и кубики льда, заправить сметаной.

Свекольник «Балтийский»

1 л хлебного кваса, 5 ст. ложек нарезанной кубиками вареной или консервированной свеклы, нарезанная кубиками вареная морковь, 1 свежий огурец средней величины (150 г), рубленый зеленый лук, 2 сваренных вкрутую яйца, 3 ст. ложки сметаны, уксус, сахар, соль.

Нарезанные свеклу и морковь сбрызнуть 3 %-ным уксусом, зеленый лук растереть с солью, огурец нарезать кубиками, яйца изрубить или нарезать соломкой. Подготовленные продукты положить в квас, посолить и заправить. У холодного свекольника должен быть мягкий, немного кисловатый вкус.

Если свекольник готовят из молодой свеклы, можно использовать также ботву. Листья и стебли изрубить и сварить отдельно. Отвар можно добавить в готовый суп.

Перед подачей к столу подержать суп некоторое время в холодильнике или положить в него кусочки льда.

Свекольник весенний

1 л хлебного кваса, 250 г свеклы с ботвой, 60 г моркови, 150 г свежих огурцов, 75 г зеленого лука, 2 яйца, 120 г сметаны, 15 г сахара, 15 мл 3 %-ного уксуса, 15 г зелени.

Молодую свеклу очистить, нарезать мелкими кубиками или соломкой, черешки — кусочками в 2–3 см, залить водой, добавить уксус, тушить 20–30 мин. За 10–15 мин до окончания тушения добавить нарезанную свекольную ботву. Готовую свеклу охладить в отваре. Остальные овощи подготовить так же, как для окрошки овощной. Сметану, яйцо, зеленый лук, сахар, соль соединить, тщательно перемешать. Добавить свеклу с отваром, огурцы, влить квас.

При подаче в свекольник положить укроп.

Свекольник охлажденный

1,5 л готового хлебного кваса, 1 средняя свекла, 2 моркови, 3 стебля молодого лука, 2 яйца, 2 свежих огурца, 4 ст. ложки сметаны, сахар, зелень, горчица, соль по вкусу.

Свеклу молодую помыть, очистить, нарезать соломкой, сложить в посуду, подлить воду, уксус, добавить сахар и тушить до полной готовности. Морковь отварить, очистить и нарезать соломкой. Свежие огурцы и зеленый лук нарезать тонкой соломкой. Яйца отварить вкрутую, желтки отделить, а белки нарезать в виде лапши. Затем все продукты сложить в кастрюлю, добавить сметану, соль, сахар, зелень укропа, влить заправленный хлебный квас, хорошо перемешать и поместить на 1 час в холодильник или поставить на лед.

Подавая свекольник на стол, посыпать его зеленью укропа.

Свекольник густой

1,5 стакана кваса, 3–4 небольшие свеклы, 1 огурец, 1/2 яйца, 1 ст. ложка сметаны, 15–20 г зеленого лука, 1 г укропа, сахар и соль по вкусу.

Молодые корнеплоды свеклы нарезать соломкой, черешки листьев — кусочками, залить водой с уксусом, тушить до полуготовности и добавить свекольную ботву, готовую массу охладить, положить в нее сваренные вкрутую и мелко нарубленные яйца, тонко нашинкованный и перетертый с солью зеленый лук, сметану, квас, нарезанные огурцы, сахар, соль, хорошо размешать и подать на стол, посыпав укропом.

Суп-холодец

1 л хлебного кваса, 500 г молодой свеклы с ботвой, 2 свежих огурца, 75 г зеленого лука, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка сахара.

Молодую свеклу вместе с ботвой промыть. Свеклу очистить, положить в кастрюлю, залить водой (2 стакана на порцию) и поставить варить на 20–30 мин. За 10 мин до окончания варки в кастрюлю положить ботву свеклы. Сваренную свеклу с листьями откинуть на дуршлаг или сито, дать стечь отвару, мелко изрубить и положить в суповую кастрюлю. Туда же добавить мелко нарезанные свежие огурцы, вареные яйца, зеленый лук, сметану, сахар, залить квасом и охлажденным свекольным отваром.

Подавая к столу, посыпать мелко нарезанной зеленью.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА РАЗЛИЧНЫХ ОТВАРАХ

Супы на свекольных отварах

Холодный борщ с запеченной свеклой

700 мл отвара свеклы, 700 мл отвара картофеля, 500 г свеклы, 400 г картофеля, 2 яйца, 200 г свежих огурцов, 100 г сметаны, 60 г зеленого лука, 20 г укропа, 20 г сахара, свекольный уксус, соль по вкусу.

Одну часть свеклы запечь в кожуре, а другую очистить и сварить в подкисленной уксусом воде. Печеную свеклу очистить от кожицы и вместе с вареной нарезать соломкой, добавить вареный, нарезанный ломтиками картофель, залить смешанным отваром свеклы и картофеля и поставить в холодное место. После охлаждения в борщ добавить нарезанные зеленый лук и вареное яйцо, очищенные и нарезанные ломтиками огурцы, соль, сахар и все хорошо перемешать.

Разлить борщ, положить в тарелки сметану и посыпать зеленью укропа.

Холодный борщ с вареной свеклой

500 г свеклы, 200 г картофеля, 2 свежих огурца, 75 г зеленого лука, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка сахара, уксус по вкусу.

Свеклу очистить, нарезать маленькими кубиками, положить в кастрюлю, залить водой (из расчета 2 стакана на порцию), добавить 1 чайную ложку уксуса и поставить варить на 20–30 мин. Готовый свекольный отвар процедить и охладить; свеклу положить в кастрюлю, туда же добавить вареный картофель и огурцы, нарезанные маленькими кубиками, рубленое яйцо и мелко нарезанный зеленый лук, соль, сахар и горчицу. Все это залить свекольным отваром, добавить сметану и размешать.

Подавая к столу, посыпать зеленью петрушки или укропом.

Холодный борщ с редисом

400 г свеклы, 200 г редиса с листьями, 200 г капусты, 80 г репчатого лука, 200 г сливок, 10 г укропа, соль по вкусу, 2 л кипяченой воды.

Свеклу, белокочанную капусту, репчатый лук, редис нарезать соломкой, залить небольшим количеством кипящей воды и тушить 6–8 мин, охладить, добавить соль, оставшуюся кипяченую холодную воду, сливки.

Подавая к столу, посыпать измельченными листьями редиса и укропа.

Холодный борщ с редькой

3 свеклы, 1 редька, 200 г белокочанной капусты, 1 головка репчатого лука, 1 стакан сливок, 2 ст. ложки рубленого укропа, соль по вкусу, 2 л кипяченой воды.

Свеклу, белокочанную капусту, репчатый лук нарезать соломкой, залить небольшим количеством кипящей воды и тушить 4–5 мин. Затем охладить, добавить нашинкованную соломкой редьку, соль, оставшуюся кипяченую холодную воду, сливки.

При подаче положить в тарелки рубленый укроп.

Холодный борщ на свекольно-морковном отваре

1 л свекольного и морковного отвара (общее количество воды для отваривания свеклы и моркови — 1,5 л), 375 г свеклы, 75 г моркови, 100 г зеленого лука, 200 г свежих огурцов, 20 г укропа, 3 яйца, 150 г сметаны, сахар, уксус и соль по вкусу.

Свеклу залить холодной водой на 30 мин. Затем ее хорошо промыть (щеткой) в трех-четырех водах, уложить в чистую кастрюлю, залить водой, добавить уксус и варить при слабом кипении до готовности. Целую очищенную морковь опустить в кипящую подсоленную воду и отварить. Сварившиеся и охлажденные морковь и свеклу, а также свежие очищенные огурцы нашинковать соломкой. Зеленый лук и укроп мелко нарезать, белок сваренного вкрутую яйца мелко порубить. Подготовленные продукты положить в кастрюлю, залить отстоявшимися процеженными свекольным и морковным отварами и выставить на холод. Желток яйца растереть с солью и сахаром и развести свекольным или морковным отваром. Сметану также развести отваром. То и другое влить в борщ, перемешать его, заправить по вкусу солью, сахаром, уксусом и подать к столу.

В холодный борщ можно добавить нарезанные мелкими

кусочками отварное мясо или рыбу, консервированные крабы, а также отварную фасоль, кукурузу, зеленый горошек.

Холодный борщ из молодой свеклы

1 л свекольного отвара, 300 г свеклы, 60 г моркови, 150 г свежих огурцов, 75 г зеленого лука, 2 яйца, 120 г сметаны, 15 г сахара, 25 мл 3 %-ного уксуса, 15 г зелени, соль.

Молодую свеклу очистить, сварить, отвар процедить, охладить. Огурцы, вареную свеклу и морковь нарезать соломкой. Далее все так же, как для приготовления свекольника. Вместо кваса в борщ добавить охлажденный свекольный отвар и уксус.

Этот борщ можно приготовить с мясом или рыбой.

Холодный борщ по-литовски

0,6 л кефира или простокваши, 0,4 л свекольного отвара и кипяченой воды, 200 г молодой свеклы с ботвой, 100 г свежих огурцов, 3 ст. ложки рубленого зеленого лука, 1 сваренное вкрутую яйцо, сахар, сметана, 5 вареных картофелин, уксус, соль.

Свеклу вместе с ботвой очистить, хорошо промыть, нарезать, залить 1/2 л горячей воды. Чтобы сохранился свекольный цвет, добавить немного уксуса или лимонной кислоты и варить до готовности. Бульон процедить. Кефир размешать со свекольным отваром. Вареную свеклу и рубленый зеленый лук посолить, залить жидкостью, чуть подкислить. В сервировочную посуду положить разрезанное на дольки или рубленое яйцо, сметану, укроп и налить суп.

Горячий отварной картофель подать на отдельной тарелке.

Суп можно приготовить также из вареной или консервированной свеклы.

Холодный борщ с тушеной свеклой

500 г сырой свеклы, рубленый зеленый лук, 3 сваренных вкрутую яйца, 2 свежих огурца средней величины, 4 ст. ложки сметаны, уксус или лимонная кислота, сахар, укроп, соль, 1 л воды.

Свеклу нарезать соломкой и тушить в небольшом количестве воды, подкисленной уксусом. Подлить нужное количество кипяченой охлажденной воды, добавить соль и сахар. В охлажденный суп положить нарезанные маленькими кубиками огурцы, рубленые яйца, укроп.

Молодую свеклу тушить без уксуса, использовать также ее стебли и листья. Перед самой подачей заправить суп уксусом и сахаром так, чтобы он приобрел нежный кисло-сладкий вкус. Добавить сметану и рубленый укроп.

Холодный борщ с тмином

1/2 л простокваши, 1/2 л свекольного отвара, 200 г свеклы, 2 средних свежих огурца, 3 сваренных вкрутую яйца, сахар, зелень, 1/2 ч. ложки дробленого тмина, сметана, соль.

Свеклу вымыть, очистить и натереть на терке. Затем залить 0,4 л горячей воды, подкислить лимонной кислотой или уксусом, добавить дробленый тмин. Довести до кипения, но не кипятить, а держать при той же температуре под крышкой 15–20 мин. Охладить.

Яйца изрубить или нарезать продолговатыми кусочками. Огурцы нарезать кубиками или брусочками. Подготовленные продукты положить в простоквашу, добавить сметану, свекольный отвар, соль и сахар, при желании немного уксуса или лимонной кислоты. Все обильно посыпать зеленью.

Перед подачей к столу подержать на холоде.

Холодный борщ с рыбой

1-1,2 л свекольного отвара, 150 г белуги (или осетрины, или севрюги), 150 г морского окуня горячего копчения (или трески горячего копчения, или крабов), 300 г свеклы, 60 г моркови, 75 г зеленого лука, 150 г свежих огурцов, 150 г сметаны, 2 яйца, 15 г сахара, 25 мл 3 %-ного уксуса, зелень, соль.

Столовую свеклу сварить, отвар процедить и охладить. Овощи — свеклу, вареную морковь, огурцы — нарезать соломкой. Дальнейший процесс вести так же, как для приготовления свекольника, но вместо кваса в борщ добавить охлажденный свекольный отвар и уксус по вкусу.

Рыбу сварить: белугу, осетрину и севрюгу — крупными кусками (звеньями), так же, как для холодных блюд, судака, треску — порционными кусками. Сваренную рыбу охладить.

При подаче в тарелку положить кусок рыбы, налить борщ и посыпать укропом.

Холодный борщ с рыбными консервами

150 г рыбных консервов, 200 г свеклы, 50 г моркови, 60 г зеленого лука, 150 г свежих огурцов, 100 г сметаны, 1 яйцо, 10 г сахара, 1 ст. ложка 3 %-ного уксуса, укроп, соль.

Столовую свеклу очистить от кожицы и сварить в закрытой посуде до готовности. В зависимости от сорта, чтобы свекла и отвар не теряли своего цвета, иногда добавляют уксус (15–20 г на 1 кг свеклы). Свекольный отвар процедить и охладить. Вареные свеклу, морковь нарезать соломкой или кубиками, соединить с охлажденным свекольным отваром, добавить соль, сахар и уксус.

При подаче в борщ положить консервированную рыбу, нарезанные соломкой или кубиками огурцы, зеленый лук, яйца, сметану и укроп.

Холодный свекольник

1 кг свеклы, 1 яйцо, 1 свежий огурец, 30–50 г зеленого лука, 100 г сметаны, лимонная кислота, сахар по вкусу.

Свеклу хорошо вымыть, залить холодной водой и варить до готовности. Готовую свеклу очистить и пропустить через мясорубку или натереть на крупной терке, опустить в суп и снова прокипятить. Прибавить по вкусу соль, сахар, лимонную кислоту.

Сварить вкрутую яйцо, очистить и измельчить его, мелко нарезать зеленый лук-перо и свежие огурцы (снять предварительно кожуру). Все смешать. Перед подачей свекольника присоединить к нему приготовленную зелень с яйцом, прибавив сметану.

Холодный свекольник с мясом

250 г отварного мяса или докторской колбасы, 700 г

свеклы, 250 г зеленого лука, 1 ст. ложка зелени петрушки, 2 ст. ложки рубленого укропа, 4 яйца, 2–3 свежих огурца, 1 стакан сметаны, лимонная кислота или уксус, сахар и соль по вкусу.

Лук, зелень петрушки и укропа мелко нарезать и растолочь с солью в миске деревянным пестиком. Огурцы, яйца, мясо нарезать мелкими кубиками, перемешать с толченой зеленью и дать постоять 30 мин на холоде. Свеклу хорошо очистить, вымыть и отварить в воде до мягкости, натереть на крупной терке и положить обратно в отвар. Посолить, добавить уксус или лимонную кислоту, соль и сахар в таком количестве, чтобы жидкость по вкусу напоминала подслащенный квас. Остудить и соединить с остальными продуктами. Разлить в тарелки, заправить сметаной. В жаркую погоду можно положить в свекольник кусочки льда.

Холодный овощной суп на свекольном отваре

300-400 г свеклы, 300–400 г помидоров, 200 г вареного картофеля, 400 г свежих огурцов, 200 г отваренной брюквы, 2 яйца, эстрагон, зеленый лук, 4 стручка сладкого перца, 1/2 стакана сметаны, соль, 2 л воды.

Зрелые помидоры промыть, разрезать, слегка посолить и дать немного постоять; затем через марлю отжать сок. Свеклу натереть и также отжать сок. Кожицу помидоров и свекольные выжимки залить 2 л воды и варить 10–15 мин, затем процедить, охладить и слить в одну посуду вместе с заготовленным соком помидоров и свеклы. Нарезать тонкими кружочками вареный картофель, свежие очищенные огурцы, отваренную брюкву, крутые яйца, нашинковать эстрагон и зеленый лук, стручки сладкого перца очистить от зерен, испечь, охладить, нашинковать. Все это смешать со сметаной и разбавить приготовленным овощным отваром.

Холодный суп со свеклой на мясном бульоне

300 г телятины или курятины, 1 л воды, 150 г вареной свеклы, 2 маленьких соленых огурца, огуречный рассол, 1 ч. ложка пшеничной муки, 100 г сметаны, 2 яйца, рубленый укроп или зелень петрушки, сахар, соль.

Сварить мясной бульон. Свеклу натереть на крупной терке или нарезать соломкой, положить в бульон. Муку развести небольшим количеством холодной воды, соединить с бульоном и варить вместе со свеклой около 5 мин. Соленые огурцы очистить, удалить крупные семена, нарезать соломкой, добавить в горячий суп. Суп охладить и положить в него нарезанное кусочками мясо, дольки и кружочки яйца. Добавить огуречный рассол, соль, сахар.

Перед подачей к столу положить сметану, посыпать зеленью.

Супы на овощных отварах

Холодный суп из овощей

150 г молодой моркови, 200 г цветной капусты (1 небольшой кочан), 4 ст. ложки свежего или консервированного горошка, 200 г свежих огурцов, 1 яйцо, 3 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки зелени, сахар, сок лимона или лимонная кислота, соль.

Морковь нарезать маленькими кубиками или соломкой. Цветную капусту разобрать на кочешки и положить на 10 мин в холодную подсоленную воду.

В горячую подсоленную воду положить нарезанные овощи и варить их на слабом огне до готовности. Охладить и добавить нарезанные соломкой огурцы (молодые огурцы нарезать вместе с кожурой).

Вареное яйцо изрубить или нарезать соломкой. Зеленый лук, укроп и зелень петрушки порубить, посыпать солью и растереть деревянной ложкой, пока не выделится сок.

Подготовленные продукты положить в овощной отвар. Суп посолить, добавить сахар и лимонный сок или лимонную кислоту.

Подавая к столу, положить в суп кусочки льда.

Холодный суп с капустой

1 кг капусты, 1 морковь, 1 луковица, 200 г картофеля, 200 г помидоров, 50 г сметаны, соль по вкусу.

Свежую капусту нашинковать, залить холодной водой. Добавить картофель, морковь, свежие помидоры. Варить до готовности.

Подавать со сметаной.

Суп из щавеля и свекольной ботвы (старинный рецепт)

1 кг свекольной ботвы, 200 г щавеля, 2–3 яйца, 200 г свежих огурцов, редис, зеленый лук, укроп, горчица, сметана, соль.

Свекольную ботву промыть, сложить в кастрюлю, залить 2 л горячей воды и варить 10–15 мин, затем добавить промытый щавель и варить еще 10 мин.

После этого вынуть шумовкой зелень, пропустить ее через мясорубку и смешать с процеженным и остуженным отваром.

Нарезать огурцы, лук, укроп, редис, крутые яйца и сложить все это в супник, затем добавить сметану, горчицу, залить остуженным отваром с зеленью и размешать.

Холодный щавель со сметаной

500 г щавеля, 1 яйцо, 30 г зеленого лука, 1 огурец, 50–80 г сметаны.

Щавель перебрать, тщательно промыть, залить холодной водой и варить около 10 мин. Затем щавель процедить и протереть через сито, добавить сахар. Заправить мелко нарезанным зеленым луком, свежим огурцом и измельченным крутым яйцом. Положить сметану.

Холодный суп на отваре из щавеля и шпината

200 г шпината, 200 г щавеля, 3–4 вареные картофелины, 100 г зеленого лука, 150 г свежих огурцов, 3 сваренных вкрутую яйца, сахар, укроп, зелень петрушки, соль, 1 л воды.

Шпинат и щавель сварить в отдельных кастрюлях без крышек и протереть через сито, отвары смешать, посолить, добавить сахар и охладить. Примешать пюре. Картофель можно натереть на терке, приготовить из него пюре или нарезать кубиками. Огурцы и яйца нарезать кубиками, зеленый лук, укроп и зелень петрушки изрубить.

Суп можно сварить из одного только шпината. В таком случае

в отвар следует добавить немного лимонной кислоты.

Суп из сладкого перца с сыром

5 стручков сладкого красного перца, 2 картофелины, 100 г твердого сыра, 4 ст. ложки майонеза, 4 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, молотый черный перец, соль, 2 л воды.

Картофель нарезать мелкими кубиками, залить горячей соленой водой, отварить до готовности и охладить. Стручковый перец и сыр нарезать мелкими кубиками, добавить картофель вместе с отваром, кипяченую холодную воду, соль, молотый перец. При подаче положить в суп майонез и посыпать зеленым луком.

Холодный томатный суп

1 кг спелых помидоров, 2–3 листа ботвы сельдерея или несколько веточек сушеного укропа, черный молотый перец, соль.

Вымыть и нарезать помидоры, залить 1 стаканом воды и варить при кипении, прибавив зелень сельдерея или несколько веточек сушеного укропа. Довести до кипения и посолить. Когда помидоры станут мягкими, протереть их через сито. Процеженный сок посолить по вкусу, заправить перцем и охладить.

Приготовленный томатный суп можно подать различными способами: 1) в каждую глубокую тарелку положить по 1 ст. ложке густой простокваши, а на отдельной тарелочке подать сыр, нарезанный брусочками; 2) суп посыпать мелко рубленным крутым яйцом, смешанным с зеленью петрушки; 3) в каждую глубокую тарелку положить по 2 ст. ложки зеленого горошка, риса и мелко нарезанной моркови, отварив отдельно каждый вид овощей и рис.

Супы на грибных отварах

Холодный грибной суп с мясными продуктами

60 г сушеных или 300 г свежих грибов, 1 л воды, 200 г вареного мяса, ветчины или колбасы, 200 г свежих огурцов или редиса, 1 сваренное вкрутую яйцо, 3 ст. ложки зеленого лука, 100 г сметаны, укроп, зелень петрушки, лимонный сок или лимонная кислота, сахар, соль.

Сушеные грибы промыть, замочить на 2–3 часа в холодной воде, затем сварить в той же воде до готовности. Бульон процедить, грибы измельчить. Свежие грибы отварить, отвар процедить, грибы нарезать соломкой или изрубить.

В охлажденный грибной бульон положить нарезанные продукты и заправить их так, чтобы он стал кисло- сладким. Сметану и зелень добавить при подаче.

Супу можно придать кисловатый вкус, добавив немного кваса.

Перед подачей к столу подержать на холоде.

Грибной холодник с отварным мясом

250 г свежих или 25 г сушеных грибов или грибного порошка, 1 л грибного отвара, хлебного кваса или их смеси, 150–200 г вареной говядины или телятины (ветчины горячего копчения или вареной колбасы), 1 свежий или соленый огурец, 1 сваренное вкрутую яйцо, 50 г зеленого лука, сахар, лимонный сок, 1/2 стакана сметаны, укроп, соль.

Очищенные и промытые грибы тушить в собственном соку или варить до готовности. Отвар процедить, грибы нарезать брусочками. Мясо, огурец и яйцо нарезать кубиками или продолговатыми кусочками, зеленый лук нашинковать. Все продукты смешать со сметаной и охлажденным отваром или хлебным квасом, заправить. Посыпать рубленым укропом. Вместо мяса или в дополнение к нему в суп можно положить нарезанную ветчину или колбасу.

Холодный постный суп из сушеных грибов

50 г сушеных грибов, 1–2 корня петрушки, 1 морковь, 1 ломтик корня сельдерея, 1 головка репчатого лука, 1 ст. ложка муки, 4–5 ст. ложек растительного масла, уксус, зелень петрушки, соль.

Промыть сушеные грибы и замочить в тепловатой воде на 1–2 часа. Затем грибы мелко нарубить, залить горячей водой, поставить на огонь и довести до кипения. Посолить по вкусу и прибавить нарезанные кубиками корни петрушки, морковь и сельдерей, а также мелко нарезанную головку репчатого лука. Довести коренья до мягкости, отдельно спассеровать муку с 4–5 ст. ложками растительного масла и присоединить к супу. Через 5–6 мин снять суп с огня.

Подать холодным, заправив уксусом и зеленью петрушки.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА ОВОЩНЫХ СОКАХ, НАСТОЯХ

Холодный суп на томатном соке

1 л томатного сока, 2 свежих огурца средней величины, 4 маленькие вареные картофелины, 8 ст. ложек консервированного или отварного зеленого горошка, 4 вареные моркови, 4 ст. ложки сметаны, рубленый укроп, соль по вкусу.

Картофель, морковь, огурцы нарезать маленькими кубиками, добавить горошек, залить томатным соком, посолить, заправить рассолом от консервов, а при желании также пряным соусом. В готовый суп положить сметану и посыпать рубленым укропом.

Перед тем как подать на стол, подержать на холоде.

Холодный суп с томатным соком и творогом

1 стакан творога, 2 стакана томатного сока, 1 ст. ложка растительного масла, 1/2 ч. ложки сахара, 1/2 ч. ложки черного молотого перца или тмина, лимонная кислота по вкусу, зелень петрушки, 1 яйцо, 1/2 ч. ложки соли.

Растереть творог с томатным соком. Прибавить ложку растительного масла, сахар, соль, черный молотый перец или тмин и кислоту по вкусу. Суп посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и крутым яйцом, нарезанным кубиками.

Суп можно подать слегка подогретым, с мелко нарезанными гренками.

Холодный суп на томатном и свекольном соке (старинный рецепт)

300-400 г помидоров, 300–400 г свеклы, 200 г вареного картофеля, 400 г свежих огурцов, 200 г брюквы, яйца, 4 стручка сладкого перца, зеленый лук, эстрагон, 1/2 стакана сметаны, соль по вкусу.

Зрелые помидоры промыть, разрезать, слегка посолить и дать немного постоять, затем через марлю отжать сок. Такое же количество свеклы натереть и также отжать сок. Кожицу помидоров и свекольные отжимки залить 2 л воды и варить 10–15 мин, затем процедить, охладить и слить в одну посуду вместе с заготовленным соком помидоров и свеклы.

Нарезать тонкими кружками вареный картофель, свежие очищенные огурцы, отваренную брюкву, крутые яйца, нашинковать эстрагон и зеленый лук. Стручки сладкого перца очистить от зерен, испечь, охладить, нашинковать. Все это перемешать со сметаной и разбавить приготовленным овощным отваром.

Окрошка на настое шиповника

5 ст. ложек сухих плодов шиповника, 4 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 2 яйца, 5 свежих огурцов, 1 стакан сливок, соль по вкусу, 1,5 л воды.

Сухие плоды шиповника измельчить, залить горячей водой, довести смесь до кипения, после этого закрыть крышкой и настаивать 40 мин. Настой процедить, охладить, добавить в него нарезанные соломкой огурцы, рубленые яйца, зеленый лук, сливки, соль.

Холодный суп из помидоров по-испански

800 г помидоров, 2 ломтика белого хлеба без корки, 2 зубчика чеснока, 100 г свежих огурцов, 1/2 стакана майонеза, лимонный сок, 2 стакана кипяченой воды, 1 маленькая луковица, листья петрушки и мяты, сахар, перец, соль по вкусу.

Помидоры обдать кипятком и очистить от кожицы, 1–2 помидора оставить неочищенными. Ломтики белого хлеба замочить, отжать и размять или протереть через сито вместе с помидорами. В томатное пюре добавить майонез и холодную кипяченую воду. Суп приправить толченым чесноком, тертым луком, солью, сахаром, перцем и уксусом или лимонным соком.

Огурец и целые помидоры нарезать мелкими кубиками и положить в суп. Сверху посыпать рубленой зеленью петрушки и мяты.

Холодный томатно-луковый суп

1,25 кг помидоров, 1 головка репчатого лука, черный перец, зелень петрушки или сельдерея, яйца, соль.

Вымыть и мелко нарезать спелые помидоры, протереть их через сито и процедить. Измельчить на терке головку репчатого лука, затем протереть его через частое сито или кусочек тонкой ткани и полученный сок соединить с помидорами. Суп посолить по вкусу, посыпать черным перцем и мелко нарезанной зеленью сельдерея или петрушки и подать.

Суп приобретает особенно приятные вкус и вид, если перед подачей положить в тарелку крутое яйцо, нарезанное мелкими кубиками.

Холодный томатный суп со свежим огурцом (Польша)

1 кг помидоров, 2 ст. ложки риса, 1 кофейная чашечка сметаны, 1 свежий огурец, соль, 1 л мясного бульона.

Нарезать помидоры на четвертинки и отварить в небольшом количестве воды, затем протереть через сито. В томатное пюре влить мясной бульон и прибавить перебранный и промытый рис. Варить до мягкости риса. Перед тем как снять суп с огня, влить сметану.

Очистить 1 свежий огурец и нарезать тонкими кружочками. Положить в супник и залить охлажденным супом.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ НА МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТАХ

Кисломолочные супы с овощами, мясом, рыбой

Суп из кефира с овощами и зеленью

1/2 л кефира, 1/2 л холодной кипяченой воды, 500 г молодой свеклы с ботвой, 60 г кореньев петрушки или сельдерея, 100 г моркови, 80 г репчатого лука, 30 г

растительного масла, 20 г зелени петрушки или укропа, соль по вкусу.

Коренья петрушки или сельдерея, репчатый лук, очищенные свеклу и морковь нарезать соломкой. Овощи тушить в небольшом количестве воды и растительного масла 8-10 мин, затем добавить промытые нарезанные листья свекольной ботвы и тушить еще 7–8 мин, посолить, охладить и залить смесью кефира или простокваши и холодной кипяченой воды.

Подавать суп холодным, посыпав рубленой зеленью.

Суп литовский

2 стакана кефира, 3 стакана холодной кипяченой воды, 80 г свеклы, 80 г свежих огурцов, 1 луковица, 1 яйцо, зелень укропа, соль по вкусу.

Кефир охладить и взбить венчиком, добавить охлажденную кипяченую воду, вареную свеклу нарезать тонкой соломкой, огурцы — ломтиками, лук — лапшой. Лук и мелко нарезанный укроп растереть с солью. Подготовленные овощи залить кефиром, посолить, размешать. В тарелку с супом положить половину сваренного вкрутую яйца.

По национальной традиции к этому супу вместо хлеба подают горячий отварной картофель.

Суп из сладкого перца с кефиром

1 л кефира, 1/2 л кипяченой воды, 5 стручков красного перца, 2 свежих помидора, 1 луковица, 4 зубчика чеснока, 4 ст. ложки рубленого укропа, 4 ст. ложки сметаны, соль по вкусу.

Стручковый перец нарезать соломкой, добавить рубленый репчатый лук, толченый чеснок, нарезанные дольками помидоры, соль. Овощи залить смесью кефира и холодной кипяченой воды, посыпать укропом. При подаче положить сметану.

Суп из кефира с баклажанами или кабачками

1 стакан кефира, 2 стакана кипяченой воды, 100 г баклажанов или кабачков, 1 ст. ложка растительного

масла, 1 яйцо, 1/2 ст. ложки пшеничной муки, 2 зубчика чеснока, зелень петрушки, соль по вкусу.

Очищенные баклажаны или кабачки нарезать кружочками, обвалять в муке с солью и обжарить на растительном масле. Овощи залить взбитыми яйцами, запечь в духовке в течение 10–12 мин, охладить и нарезать соломкой. Кефир развести холодной кипяченой водой и к полученной смеси добавить рубленую зелень, чеснок, а также подготовленные баклажаны и кабачки.

Подать суп в холодном виде.

Кисломолочный суп с овощами

1,5 л обезжиренного кефира, 2 зубчика чеснока, 2 головки репчатого лука, 2 моркови, укроп, по 1 стручку зеленого и красного болгарского перца, черный молотый перец, соль.

Овощи очистить, нарезать кубиками, положить в тарелки. Охлажденный кефир посолить, поперчить по вкусу, приправить толченым чесноком и разлить по тарелкам с овощами.

Суп из простокваши по-узбекски

3 стакана простокваши, 3 стакана кипятка, 2/3 головки репчатого лука, 2/3 ч. ложки красного перца, соль по вкусу.

Простоквашу размешать, прибавляя нарезанный тонкими кольцами репчатый лук, соль, красный перец. Влить, постепенно размешивая, крутой кипяток, разлить в тарелки и подать к столу.

Кисломолочный суп с редисом

1 л кефира, 1/2 л холодной кипяченой воды, 600 г свежих огурцов, 200 г редиса с листочками, 100 г консервированного зеленого горошка, 60 г зеленого лука, 100 г сметаны, соль по вкусу.

Редис с листочками, свежие огурцы нарезать соломкой, добавить зеленый горошек, зеленый лук, соль. В холодную смесь из воды, кефира и отвара зеленого горошка положить сметану,

овощи и посыпать зеленым луком.

Суп из простокваши с огурцами

2 стакана простокваши, 2 стакана кипяченой воды, 200 г свежих огурцов, петрушка, зелень укропа, зеленый лук, соль по вкусу.

Простоквашу разбавить кипяченой водой, ввести мелко нарезанные огурцы, петрушку, укроп, зеленый лук, добавить по вкусу соль и хорошо перемешать.

Подавать суп холодным.

Суп из кефира с капустой и огурцами

1/2 л кефира, 400 г свежих огурцов, 300 г белокочанной капусты, 100 репчатого лука, 100 г сметаны, 20 г укропа, черный молотый перец, соль по вкусу, 1 л воды.

В кипящую воду (1 л) положить нарезанные соломкой капусту, морковь, репчатый лук, соль, молотый перец, довести смесь до кипения и охладить. К овощам добавить нарезанные соломкой огурцы, кефир и посыпать укропом.

При подаче к столу положить сметану.

Суп из простокваши с отварным картофелем и свежими огурцами

4 стакана простокваши, 6 картофелин, 3 свежих огурца, 2 ст. ложки растительного масла, укроп, соль.

В простоквашу влить растительное масло, положить мелко нарезанный укроп и размешать. Очистить сваренный в мундире картофель и свежие огурцы, нарезать, посолить, положить в простоквашу и подать к столу.

Суп из простокваши по-армянски

1/2 л простокваши, 1/2 л кипяченой воды, 300 г свежих огурцов, 200 г зелени (зеленого лука, листьев

петрушки, укропа, кинзы), соль.

Зелень мелко изрубить, посыпать солью и растирать деревянной ложкой, пока не выделится сок. Огурцы нарезать маленькими кубиками. Простоквашу смешать с холодной кипяченой водой, добавить подготовленные продукты, посолить.

Таратор с крутыми яйцами

750 мл простокваши (кефира, йогурта), 1 стакан кипяченой воды, 150 г свежих огурцов, 4 сваренных вкрутую яйца, картофель, зелень (укроп, листья петрушки), 3 ст. ложки растительного масла, 2 зубчика чеснока, перец, 2–3 ст. ложки рубленых грецких орехов, соль.

В простоквашу влить стакан холодной кипяченой воды, взбить, положить нарезанный маленькими кубиками свежий огурец, яйца, рубленую зелень и картофельное пюре. Чеснок изрубить, растолочь в ступке с небольшим количеством соли, смешать с растительным маслом и положить в суп. Добавить соль, перец, немного сахара и слабый раствор уксуса.

При подаче к столу посыпать рублеными грецкими орехами.

Суп из простокваши по-гречески

1 л простокваши, 3 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки оливкового масла, 200 г свежих огурцов, 3 ст. ложки рубленого зеленого лука, 1 зубчик чеснока, рубленый укроп, перец и соль по вкусу.

Рубленый зеленый лук растирать с небольшим количеством соли до тех пор, пока не выделится сок, добавить рубленый толченый чеснок и оливковое масло.

Огурец нарезать маленькими кубиками и вместе с простоквашей добавить к луку. Суп посолить, поперчить и посыпать рубленым укропом. Дать постоять в холодном месте.

К столу подавать с подсушенным в тостере белым хлебом.

Мясная окрошка с кефиром по-туркменски

1 л кефира или простокваши, 150 г вареного мяса

(говядины, свинины, баранины), 3 ст. ложки рубленого зеленого лука, 150 г свежих огурцов или редиса, 3 ст. ложки сметаны, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 ст. ложка рубленого укропа, сахар, соль.

В кефир положить нарезанное маленькими кубиками холодное отварное мясо, кусочки свежего огурца или редиса (можно то и другое вместе), рубленое яйцо, сметану. Рубленый зеленый лук растирать с небольшим количеством соли, пока не выделится сок, после чего положить его в суп. Заправить рубленым укропом, солью и щепоткой сахара, подержать около 30 мин на холоде и сразу подать к столу.

Холодный суп из мидий

2 кг мидий, 100 мл белого вина, 50 г лука, 50 г моркови, 50 г сельдерея, 1 лавровый лист, 1 г черного молотого перца, 100 г риса, 50 г сливочного масла, 200 мл кислого молока, 2 яйца, 1 г черного молотого перца, 15 г зелени петрушки, 1/2 л воды.

Раковины мидий зачистить от наростов, хорошо вымыть щеткой, чтобы они не загрязнили бульон, уложить в кастрюлю и влить белое вино и холодную воду. Добавить лук, морковь, сельдерей, черный перец и лавровый лист, накрыть крышкой и припустить на огне, помешивая время от времени, пока все мидии не раскроются (нераскрывшиеся выбросить). Готовых мидий снять с огня и, когда они немного остынут, вынуть их из раковин, а бульон, в котором варились мидии, процедить. Мясо мидий осмотреть, удалить песчинки. В качестве гарнира в процеженный бульон положить мясо мидий и немного отдельно сваренного риса. Заправить кислым молоком и яйцами. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, черным перцем и добавить кислоту по вкусу.

Кисломолочные супы с добавлением круп

Холодный пшенник

1/2 л кефира, 2 л воды, 5 свежих огурцов, 1/2 стакана пшена, 1/2 стакана сметаны, 3 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль по вкусу.

Замоченное пшено залить 1 стаканом горячей подсоленной воды, проварить 5–6 мин, после чего закрыть кастрюлю крышкой, оставить пшено для настаивания в течение 15–20 мин, а затем охладить. Огурцы нарезать соломкой, добавить пшенную кашу с отваром, смесь кефира с кипяченой водой, зелень петрушки, сметану.

Холодный пестрый суп

Простокваша или кефир по вкусу, 3–4 моркови, 1/2 корня сельдерея, 4–5 клубней картофеля, 1 ст. ложка риса, 2–3 помидора, зелень петрушки или черный молотый перец, соль.

Очистить и нарезать кубиками морковь, сельдерей и картофель. Морковь и сельдерей варить при кипении в подсоленной воде, а приблизительно через 1/2 часа прибавить картофель и рис. Через 10 мин положить помидоры, очищенные и измельченные на крупной терке. Суп довести до готовности и заправить простоквашей (или кефиром). Затем посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или черным перцем и охладить.

Крупяно-кисломолочный суп (сарнапур)

3/4 л (750 мл) мацуна (простокваши или кефира), 1/2 стакана гороха, 1/4 стакана риса, 3 ст. ложки зелени кинзы, 1 ст. ложка зелени мяты, 1 пол-литровая банка нарезанной молодой свекольной ботвы, сахар.

Сварить горох в 1 л воды. Незадолго до готовности добавить рис. Отдельно припустить свекольную ботву в 1/2 л воды. Соединить все, заправить пряной зеленью, посолить, проварить в течение 3 мин, охладить и подать к столу.

Суп из простокваши с ячневой крупой по-латышски

300 мл простокваши, 300 мл свежего молока, 3 ст. ложки ячневой крупы, 3 ст. ложки сметаны, зелень, соль.

Крупу отварить в 1 стакане воды до мягкости. Простоквашу смешать со свежим молоком, добавить вареную крупу. Посолить, посыпать зеленью.

ХОЛОДНЫЕ ОВОЩНЫЕ СУПЫ-ПЮРЕ

Суп-крем картофельный холодный

5 картофелин, 1 корень сельдерея, 1 стебель лука-порея, 3 стакана молока, 1 стакан простокваши, зеленый лук, перец, соль.

Картофель очистить, нарезать кубиками, добавить крупно нарезанные сельдерей, лук-порей и варить до готовности в подсоленной воде.

Протереть через сито. Добавить соль, перец, смешать с молоком и прокипятить, затем остудить и перед подачей, осторожно помешивая, добавить взбитую простоквашу, посыпать зеленым луком.

Холодный суп-пюре по-испански

2 луковицы, 3 помидора, 2 свежих огурца, 2 стручка сладкого перца, 150 г зеленого салата, 3 ст. ложки растительного масла, винный уксус (лимонный сок), перец, соль по вкусу.

Овощи мелко порубить, положить в миску, сильно растереть, добавляя постепенно холодную кипяченую воду, растительное масло и винный уксус, пока не получится однородная масса. Протереть через сито, подержать в холодильнике.

Подавать с гренками из белого хлеба.

СЛАДКИЕ СУПЫ

Для приготовления фруктовых и ягодных супов используются свежие, сушеные, замороженные или консервированные фрукты и ягоды. Их можно комбинировать или готовить в отдельности. В большинстве своем фруктовые и ягодные супы — это сладкие блюда, которые сервируются в холодном виде порциями примерно по 300 г на десерт. Во многих национальных кухнях сладкие фруктовые и ягодные супы принято подавать в горячем виде в начале обеда или на завтрак либо на ужин.

Фруктовый и ягодные супы содержат много веществ и витаминов, способствующих обмену веществ. Приготовлять их следует таким образом, чтобы сохранить их питательную ценность. Для этих супов нужно отвести специальную посуду, в которой нельзя готовить другие блюда. Это может быть посуда из термостойкого стекла, нержавеющей стали, эмалированная или новая алюминиевая.

Свежие ягоды нужно готовить сразу. При хранении их питательная ценность снижается. Прежде всего ягоды следует перебрать, затем выложить в сито и обдать сначала горячей, а затем холодной водой.

Сушеные фрукты и ягоды тщательно промывают теплой водой, крупные нарезают.

Фрукты и ягоды кладут в горячую воду с сахаром (благодаря сахару сохраняются их питательная ценность и форма) и ставят варить. Более нежные ягоды (клубнику, малину) лучше класть в конце варки, чтобы они сохранили свой естественный вкус. В большинстве случаев в супы для густоты кладут саго, манную крупу, сухарики, яйца или картофельный крахмал. Для вкуса добавляют сахар, мед, сиропы, фруктовые пюре, в случае надобности — лимонную кислоту. В качестве приправ можно использовать корицу, гвоздику, сухую лимонную и апельсиновую цедру. И сласти, и приправы нужно добавлять в меру, чтобы сохранить естественный вкус используемых ягод и фруктов.

Кожицу от яблок, груш, слив используют для приготовления отваров.

Свежие плоды и ягоды закладывают в кипящую воду, добавляют сахар. При готовности плодов суп заваривают (заправляют) крахмалом, предварительно разведенным в охлажденном и процеженном отваре (на 1 часть крахмала — 4 части отвара). Чтобы фруктово-ягодный суп был прозрачным, используют картофельный крахмал, а не маисовый (кукурузный).

Если супы готовят из сортовых ягод и фруктов, то ягоды

кладут целыми, а фрукты нарезают на кусочки различной формы (ломтики, кубики, соломка). Ягоды и фрукты помятые или поврежденные протирают.

Для улучшения вкуса в супы добавляют белое или красное виноградное вино, а также мед и сахар в небольшом количестве.

В отличие от сладких компотов сладкие супы имеют в основном кисловатый вкус.

Значительно улучшают вкус и повышают питательность супа из фруктов и ягод свежая сметана или сливки, которые кладут в тарелку с супом при подаче или подают отдельно в соуснике. Для супов из фруктов и ягод сметану и сливки следует употреблять только высшего сорта.

Подают эти супы с гарниром из макаронных изделий, риса, саго, которые отваривают отдельно и добавляют в суп при подаче. Кроме того, супы из фруктов и ягод подают с варениками, холодными пудингами или запеканками из манной крупы или риса, нарезанными кубиками средней величины (1–1,5 см). На пирожковой тарелке можно подать сухой бисквит, сухарики из кекса, сухое печенье.

ГОРЯЧИЕ СЛАДКИЕ СУПЫ

Фруктовые супы

Супы из свежих фруктов

Суп из свежих фруктов

250 г яблок, 300 г груш, 150 г слив, 200 г сахара, 2 ст. ложки (без верха) картофельного крахмала, 80 г сметаны или сливок, корица, 1–1,2 л воды.

Яблоки и груши очистить от кожицы и семян, разрезать на дольки, отварить в воде с добавлением сахара и корицы, затем вынуть шумовкой. В этом же отваре сварить сливы. Отвар процедить, вскипятить, влить разведенный холодной кипяченой водой крахмал и прогреть до кипения. После этого ввести фрукты.

При подаче к столу в тарелку положить сметану или сливки.

Суп из свежих фруктов с рисом

По 60 г дыни, груш, персиков, яблок, 60 г сметаны или сливок, 20 г риса, 1 л воды, сахар.

Очистить яблоки, груши и персики, кожицу их залить горячей водой и варить 5-10 мин, настаивать 20 мин, процедить. В отвар положить сахар, очищенные и нарезанные дольками яблоки и груши, варить 5-10 мин. Затем добавить нарезанные персики и дыню, довести до кипения.

Подавать с отварным рисом, сметаной или сливками.

Апельсиновый или мандариновый суп

30с0 г апельсинов или мандаринов, 4 ст. ложки сахара или сиропа, 1 ст. ложка крахмала, 1 л воды, сахар.

Очистить и нарезать полукольцами 200 г апельсинов или мандаринов, из остальных отжать сок. Отжимки и кожуру нарезать и отварить в небольшом количестве воды. Отдельно положить нарезанные плоды, залить горячей водой, добавить сахар, варить несколько минут. Влить в суп отвар из отжимок и корок, добавить крахмал и довести до кипения. Кастрюлю снять с огня, влить сырой сок.

Подавать со взбитыми сливками. В суп можно добавить для вкуса немного вина.

Суп из апельсинов или мандаринов с вином

300 г апельсинов или мандаринов, 60 г сахара, 20 г картофельного крахмала, 40 г сливок, 60 мл белого столового вина, 500–600 мл воды.

Мелко нарезанную цедру апельсинов залить водой и прокипятить 5-10 мин. В процеженный отвар всыпать сахар. Когда он растворится, влить вино и разведенный водой крахмал, довести до кипения. Добавить очищенные, ошпаренные и разделанные на дольки апельсины или мандарины. При подаче к столу в тарелку влить сливки. Можно положить отдельно сваренный рис.

Суп из апельсинов или мандаринов с рисом

2 апельсина или 4 крупных мандарина, 40 г картофельного крахмала, 80 г сливок или сметаны, 100 г риса, лимонная кислота по вкусу, 8 стаканов воды, 150 г сахара.

Отварить рис. Апельсины вымыть, обтереть, надрезать и снять с них кожуру. Затем нарезать их ломтиками толщиной примерно 1/2 см, удалить зерна, уложить в глубокую тарелку, засыпать сахарным песком (половина нормы), накрыть крышкой или тарелкой и вынести на холод. Остальной сахар растворить в горячей воде и вскипятить. В полученный сироп положить тонко нарезанную соломкой цедру апельсина и настаивать ее под крышкой (не кипятя) 3–5 мин. Затем сироп вскипятить, ввести в него разведенный холодной водой крахмал, снова довести до кипения, охладить и, если нужно, заправить лимонной кислотой.

При подаче к столу в тарелки разложить апельсины (по 1/2 апельсина на порцию), отварной рис, налить сироп, положить сливки или сметану.

Так же приготовляется суп с мандаринами (1 мандарин на порцию). Рис можно заменить саго, макаронами, лапшой.

Яблочный суп

3-5 яблок средней величины, 3 ст. ложки (70–80 г) сахара (меда, сиропа), 1 л воды, 1 ст. ложка картофельного крахмала, корица, гвоздика.

У яблок удалить сердцевину, очистить, нарезать дольками. Сердцевину и кожуру варить в небольшом количестве воды 10 мин. Отвар процедить, добавить сахар, долить необходимое количество воды и положить нарезанные яблоки. Варить 5–7 мин (в зависимости от сорта яблок). Крахмал развести холодной водой, влить, помешивая, в суп, довести до кипения.

Подавать со сливками, гренками из белого хлеба, печеньем и т. п.

Яблочный суп на отваре шиповника

80 г сухого шиповника, 40 г варенья, 100 г яблок, 75 г пшеничного хлеба, лимонная кислота, 200 мл воды.

В кипящую воду положить перебранные, промытые ягоды шиповника и варить 10 мин. Полученный отвар настаивать 6–8 часов, процедить, добавить варенье, мелко шинкованные яблоки и лимонную кислоту по вкусу. Из пшеничного хлеба, нарезанного кубиками, приготовить сухарики и подать их на отдельной тарелке.

Яблочный суп с вином

10-15 яблок, 1 стакан сахара, 1–2 стакана вина, 1,5 ст. ложки крахмала, 1–2 кусочка корицы, 1/2 стакана сливок, 1,5 л воды.

Яблоки очистить от кожицы и семян, нарезать дольками, залить водой, добавить сахар, корицу и варить 5–6 мин. Крахмал развести красным столовым вином, влить в яблочный суп и, размешивая, чтобы не образовалось комков, дать вскипеть.

Такой суп можно подавать со свежими сливками.

Можно использовать не красное, а белое столовое вино и добавить сок 1/2 лимона.

Сладкий суп из яблок и абрикосов

2 яблока, 8 абрикосов, 1 стакан сахара, 1 стакан вина, 1,5 ст. ложки крахмала, 1/2 стакана сливок, 1,5 л воды.

Яблоки подготовить, как указано в предыдущем рецепте. Абрикосы вымыть, разделить на половинки, удалить косточки и опустить к яблокам за 2–3 мин до конца варки. Крахмал развести красным вином и, вливая в суп, помешивать, чтобы не образовалось комков, довести до кипения и сдвинуть на край плиты.

При подаче к столу в тарелку с супом можно влить ложку сливок.

Яблочный суп с саго

300 г яблок, 3–4 ст. ложки сахара или сиропа, 100 г саго, гвоздика, корица, лимонная или апельсиновая цедра, 1 л воды.

У яблок вырезать сердцевину, нарезать их дольками. Вскипятить воду с сахаром и приправами, добавить яблоки и саго. Накрыть крышкой и варить на слабом огне. Если надо, долить немного кипятка. В готовый суп можно положить для свежести тертые яблоки.

Грушевый суп с соком или вином

400 г груш, 3 ст. ложки сахара, гвоздика, лимонная или апельсиновая цедра, 1 ст. ложка крахмала, 1/4 л белого десертного вина, 1 л воды.

Груши очистить, вырезать сердцевину, нарезать кусочками. Вскипятить воду с сахаром и приправами, добавить груши и варить на слабом огне до готовности. В конце варки влить разведенный холодной водой крахмал и довести еще раз до кипения. Кастрюлю снять с огня и заправить суп вином или соком.

Суп из слив со сметаной (старинный рецепт)

6 стаканов спелых слив, 1/2 ч. ложки корицы, 1–2 стакана сахара, 3–4 гвоздики, 1 стакан столового вина или 1,5 стакана сметаны, 1 булка для гренков.

Сливы положить в горшок, залить водой так, чтобы она их только покрыла, и варить, часто мешая, чтобы не пригорели. Разваренные сливы протереть сквозь сито, высыпать в них немного корицы, 1 стакан сахара, растертые гвоздички; добавить 1,5 стакана свежей хорошей сметаны (или вина) и вскипятить. Готовый сливовый суп вылить на приготовленные из булки греночки, разложенные по тарелкам.

Супы из сушеных фруктов

Абрикосовый суп с сухариками

150 г сушеных абрикосов, 2–3 ст. ложки сахара, 10 г сухариков, сухая апельсиновая или лимонная цедра, 1 яйцо, вино, 1 л воды.

Сушеные абрикосы вымыть теплой водой, нарезать и замочить в холодной воде. Сварить в этой же воде с толчеными сухариками (чтобы суп получился гуще) и сахаром. Яйцо взбить и постепенно влить в суп, все время помешивая. После введения яйца суп больше не кипятить. Есть в горячем виде.

При желании можно заправить суп вином.

Суп из кураги с рисом

140 г кураги, 40 г риса, 80 г сахара, 50 г сливок, 3–4 стакана кипятка.

Курагу тщательно перебрать, промыть теплой водой, положить в кастрюлю, залить кипятком, добавить сахар, кастрюлю закрыть крышкой и поставить на огонь. Когда курага будет готова, часть ее можно протереть через сито. Рис промыть и отварить так, чтобы он был рассыпчатым.

При подаче в тарелки положить рис, протертую курагу и все залить отваром. Суп заправить сливками.

Анушапур (Армения)

200 г кураги, 3 луковицы, 75 г сливочного масла, 75 г сахара (10 кусков рафинада), 1,5 л воды.

Курагу промыть, засыпать в кипящую воду и варить 20 мин. Добавить сахар.

Обжарить в кастрюле мелко нарезанный лук, соединить его с супом, довести до кипения.

Суп из сухофруктов

100 г сухофруктов (яблоки, груши, курага, абрикосы, сливы, изюм), 2–3 ст. ложки сахара, меда или сиропа, 1 ст. ложка картофельной муки, сушеная лимонная или апельсиновая цедра, гвоздика, корица, 1 л воды.

Сухофрукты тщательно промыть в нескольких водах, крупные нарезать. Положить в холодную воду, варить, пока фрукты не набухнут, затем добавить сахар, гвоздику, корицу и прочие приправы. Если нужно, добавить кипяток. В конце варки влить в суп крахмал, разведенный холодной водой; помешивая деревянной ложкой, довести до кипения. Заправить лимонной кислотой или кислым соком. Свежий вкус придадут супу несколько ложек сырых тертых яблок.

Суп из сухофруктов с гарниром

200 г сушеных фруктов, 50 г картофельного крахмала, 100 г сахара, 1 г корицы, 1 л воды.

Для гарнира: 100 г риса, саго или макаронных изделий, 1/2 стакана сахара.

Сушеные фрукты перебрать, промыть, выделить яблоки и груши, разрезать их на 2–4 части, залить холодной водой и сварить до готовности (20–25 мин). Затем добавить сахар, остальные фрукты, корицу и варить при слабом кипении в течение 10–15 мин. После этого влить разведенную водой картофельную муку и довести до кипения.

При подаче положить в суп отваренные рис, саго или макаронные изделия. Можно добавить в суп сливки или сметану.

Суп из сухофруктов с клюквенным морсом и вином (старинный рецепт)

1,2 кг разных сушеных фруктов (яблок, чернослива, груш, кишмиша), 1 ч. ложка с верхом корицы, 1/2 лимона, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 1–2 стакана сахара, 1/2-1 стакан вина или 1 стакан клюквенного морса.

Сушеные фрукты вымыть несколько раз, залить водой и

варить, положив сахар, корицу и лимонную цедру. Готовый отвар заправить крахмалом и вскипятить. Перед подачей влить в суп вино, а также клюквенный морс, довести до кипения и подать.

Суп из чернослива с овсянкой

1/2 стакана овсянки, 2 ст. ложки сливочного масла, 200 г чернослива без косточек, 1/4 стакана сахара, 2 л кипятка.

Овсянку промыть в холодной воде, залить крутым кипятком (2 л), положить масло (1 ст. ложку) и варить до готовности. Затем крупу протереть через сито и положить в нее еще ложку масла. Очищенный от косточек чернослив залить водой, положить в него сахар и варить. Когда чернослив разварится, смешать его с овсянкой. Суп прокипятить и подавать.

Хлебный суп с сухофруктами

300 г хлеба, 3–4 ст. ложки изюма или сушеных яблок, 100 г сахара, 1 ст. ложка крахмала, апельсиновая цедра, вода.

Ломтики хлеба подсушить в духовке на слабом огне, не дав хлебу подгореть, залить холодной водой, варить на слабом огне до мягкости и протереть через сито. Хлебное пюре с фруктами положить в кастрюлю, залить кипящей водой, добавить сахар и варить, пока фрукты не станут мягкими. При желании положить крахмал.

Подавать можно как в горячем, так и в холодном виде. Разливая в тарелки, добавить в каждую порцию по 1–2 ст. ложке сметаны или сливок.

Хлебный суп можно приготовить с соком или свежими яблоками.

Ягодные супы

Супы из вишни, черешни

Суп из вишни с рисом

300 г вишни, 4–5 ст. ложек риса, 1/2 стакана сахара.

Вишни промыть, вынуть из них косточки. Косточки залить 4–5 стаканами горячей воды, положить сахар, вскипятить и процедить. В полученный отвар засыпать рис и варить в течение 30 мин. За 5 мин до окончания варки прибавить очищенные вишни.

Суп из вишни с лимоном (Россия, старинный рецепт)

1-2 стакана сушеной или 800 г свежей вишни, 1/4 лимона, 1/2 ч. ложки корицы, 1–3 стакана вина, 1,5 стакана сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала.

Вишню сполоснуть, раздавить слегка в ступке, залить водой и варить в эмалированной кастрюле, положив немного лимонной цедры. Протереть через сито, вскипятить, влить в него, мешая, ложку картофельного крахмала, разведенного стаканом холодной воды. В суп положить сахар по вкусу, немного корицы, можно влить столовое белое или красное вино, вскипятить и вылить на сухие бисквиты или гренки.

Суп из вишни с вином (Германия)

500 г вишни, 1/2 л вина и 1/2л воды, сахар по вкусу, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 150 г белого хлеба.

Из вишни вынуть косточки, положить мякоть в кастрюлю, залить вином и водой (в соотношении 1:1), добавить по вкусу сахар и варить на слабом огне. Когда вишни слегка разварятся, снять кастрюлю с огня, вишни отцедить.

В другой небольшой кастрюле растворить на слабом огне сливочное масло, добавить муку, хорошо перемешать и жарить до тех пор, пока мука не станет золотистого цвета. Затем в муку влить отвар, в котором варились вишни, и довести до кипения, после чего положить ягоды. Через 5 мин кастрюлю снять с огня, вылить суп в супницу на заранее поджаренные в сливочном масле

кусочки хлеба. По вкусу добавить сахар и подать к столу.

Суп с вишней и домашней лапшой

1 стакан вишни, 1 стакан сахара, 1/2 стакана вина, 1,5 ст. ложки крахмала, лимонная кислота и корица по вкусу, 1,5 л воды.

Для лапши: 1 стакан пшеничной муки высшего сорта, 1 яйцо.

Вишни перебрать, промыть, положить в посуду, залить водой, добавить щепотку лимонной кислоты, кусочек корицы, сахар и сварить сироп. Дать постоять 10–15 мин, затем процедить, а вишню протереть через сито. Приготовить домашнюю лапшу. Просеять пшеничную муку, сделать в муке воронку, вбить сырое яйцо, влить немного воды и замесить густое тесто. Дать постоять тесту 10–15 мин, затем тесто тонко раскатать, лист слегка подсушить, нарезать полосками и нашинковать лапшу. Лапшу отварить, откинуть на сито, а когда вода стечет, переложить в кастрюлю с сиропом, довести до кипения и слегка затянуть крахмалом, разведенным красным вином. Супу дать прокипеть, сдвинуть кастрюлю на край плиты.

Такой суп можно не заправлять крахмалом, а готовую отваренную лапшу залить вишневым сиропом и положить по 2–3 вишни, слегка проваренные в сиропе.

Суп из вишни с манником

500-600 г вишни, 1 стакан сахара, 1/2 стакана манной крупы, 3 ст. ложки сливок или сметаны.

Вишню промыть в кипяченой воде, удалить косточки. Самые хорошие ягоды отобрать, положить в кастрюлю, добавить сахарный песок (половину нормы) и дать постоять в холодном месте до полного растворения сахара. Мятые ягоды залить холодной водой, довести до кипения и все вместе с жидкостью протереть. В отвар добавить сахар, вновь довести до кипения, охладить и смешать с ягодами, ранее пересыпанными сахаром.

Вишневые косточки залить водой, довести до кипения, процедить, добавить сахар, вновь довести до кипения и,

помешивая, всыпать манную крупу и заварить густую манную кашу. Фарфоровое блюдо смочить кипяченой водой, разложить на нем слоем толщиной 2–3 см манную кашу, сверху разровнять, после чего охладить. Манник нарезать на кусочки, положить в тарелки, залить охлажденным отваром, положить вишни, а поверх них — сливки или сметану.

Суп из вишни с варениками

600 г вишни, 1 стакан пшеничной муки, 1/2 стакана сахара, 2 яйца.

Вишню, предназначенную для супа, разделить пополам. Одну половину ягод очистить от косточек, вторую размять, добавить косточки от очистки первой части вишен, залить 4–5 стаканами горячей воды, положить сахар, довести до кипения и процедить.

Приготовить тесто, как для пельменей, тонко раскатать и вырезать кружочки; на каждый кружочек положить 1–2 очищенные вишни и защипать края теста. Перед самой подачей к столу вареники положить в горячий вишневый отвар и варить в течение 5-10 мин.

Перед окончанием варки в суп, осторожно помешивая, чтобы не помять вареники, можно влить разведенный холодной водой картофельный крахмал и довести до кипения.

В тесто для вареников можно добавить сливочное масло.

Этот суп можно подавать как горячим, так и холодным со сметаной или сливками.

Так же можно приготовить суп из малины.

Суп из вишни с клецками

1 стакан вишни, 1 стакан сахара, 1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, 1,5 л воды.

Вишню перебрать, промыть, сложить в посуду, залить водой, добавить сахар, прокипятить 5–7 мин и дать постоять 10–15 мин.

Пшеничную муку просеять, вбить яйцо, добавить 2 ст. ложки воды, замесить тесто и дать постоять 10–15 мин. Затем раскатать его в виде жгутика, нарезать наискось клецки и отварить их в кипятке. Сваренный сироп из вишни процедить, часть целых

вишен отобрать, а остальные протереть в сироп. Клецки вынуть шумовкой из воды, положить в тарелки, добавить по 3–4 отваренные вишни и залить сиропом.

Подавать такой суп в теплом виде.

Вишневый суп с молоком

400 г вишни, 1 л молока, тертая лимонная цедра, ванильный сахар, 1,5 ст. ложки кукурузного или картофельного крахмала, 1 яйцо, миндаль или грецкие орехи, немного соли.

У вишни удалить косточки, ягоды сложить в сервировочную посуду. Молоко нагреть вместе с приправами. Крахмал размешать с холодной водой, влить в горячее молоко и, помешивая, нагревать, пока крахмал не набухнет. При этом нужно помнить, что картофельный крахмал нельзя перегревать, иначе он станет тягучим. Яйцо взбить и, помешивая, постепенно подлить к нему горячее молоко. Полученную смесь вылить в посуду с вишней. Посыпать измельченным поджаренным миндалем. Есть сразу по приготовлении.

Супы из крыжовника, смородины

Суп из крыжовника с изюмом и манной крупой

200 г крыжовника, 100 г сахара или сиропа, ванильный сахар, 2 ст. ложки изюма, 3 ст. ложки манной крупы, 1 л воды.

Очищенный и промытый крыжовник положить в сладкую кипящую воду, добавить промытый в горячей воде изюм, всыпать манную крупу и варить на слабом огне, время от времени помешивая. Добавить ванильный сахар. Чтобы манная крупа получилась рассыпчатой, можно во время варки положить в суп маленький кусочек сливочного масла.

Суп из крыжовника с грецкими орехами

2 стакана протертого крыжовника, 1 стакан очищенных грецких орехов, 2–3 головки репчатого лука, 1 ст. ложка пшеничной муки, 30–50 г сливочного масла, 2–3 желтка, зелень, винный уксус и соль по вкусу.

Очищенные грецкие орехи хорошо истолочь. Репчатый лук мелко нарезать и вместе с орехами положить в кастрюлю, залить водой (1/2 стакана) и поставить на огонь тушить, а затем залить кипятком (5 стаканов), в который добавить 1 ст. ложку муки, разведенной в небольшом количестве винного уксуса. Через 15 мин после начала варки положить мелко нарезанную зелень петрушки, кинзы и укропа. Дать закипеть, посолить и тотчас же снять с огня.

Параллельно отварить неспелый крыжовник, протереть его через сито и соединить с супом.

Суп из черной смородины с макаронной засыпкой

1 стакан черной смородины, 1 стакан засыпки, 1 стакан сахара, 1,5 л воды.

Черную смородину перебрать, удалить плодоножки, промыть в воде, помять и через марлю отцедить сок.

Выжимки сложить в посуду, добавить сахар, воду прокипятить 7-10 мин и процедить.

Засыпку (звездочки, колечки, ракушки или рожки) отварить в воде, откинуть на сито, промыть водой и переложить в приготовленный сироп, добавить отжатый сок черной смородины.

Подавать в теплом виде.

Суп из черной смородины с творожными клецками

400 г черной смородины, 150 г сахара, 20 г картофельного крахмала, 1 л воды.

Для клецек: 300 г творога, 2 яйца, 20 г сахара, 40 г пшеничной муки, соль.

Смородину промыть, размять деревянной ложкой и слегка отжать. Ягоды залить горячей водой и прокипятить. Отвар процедить и вскипятить с сахаром. Заварить крахмалом,

разведенным в холодной воде, довести до кипения и добавить отжатый сок.

Приготовить клецки: творог размять и вымешать с яйцами, сахаром, мукой, солью. Тесто разделать на шарики, отварить их в подсоленной воде, вынуть шумовкой и охладить.

Перед подачей к столу в тарелку положить клецки и залить их супом.

Супы из клубники, малины, черники

Суп из клубники или малины

300 г клубники или малины, 2–3 ст. ложки сахара или сиропа, 1 ст. ложка крахмала, 1 л воды.

Ягоды перебрать, у клубники удалить плодоножки, самые красивые ягоды отложить, остальные размять. Вскипятить воду с сахаром, влить разведенный холодной водой крахмал, довести до кипения. В горячий суп подмешать размятые и целые ягоды, больше не кипятить.

Подать к столу с печеньем и т. п.

Суп из клубники или малины с овсяными хлопьями

1,5 стакана клубники или малины, 1/2 стакана овсяных хлопьев, 100 г сахара, 100 г толченых орехов, 1 л молока.

Овсяные хлопья залить горячим молоком, всыпать сахар и поставить на несколько часов, накрыв крышкой. Клубнику разрезать на две или четыре части, землянику и малину использовать целыми. Ягоды положить в суп.

К супу подать толченые орехи. Есть сразу же после приготовления.

Суп из малины или клубники с квадратиками

1 стакан малины или клубники, 1 стакан сахара, 1

кусочек корицы, 1,5 л воды.

Для квадратиков: 1 стакан пшеничной муки высшего сорта, 1 яйцо.

Малину или клубнику очистить от плодоножек, опустить на несколько минут в подкисленную воду (чтобы удалить малиновых жучков). Затем малину промыть, сложить в посуду, добавить сахар, воду, корицу и сварить сироп. Часть целой малины или клубники размять, а остальную протереть через сито и процедить вместе с сиропом.

Подготовить тесто, как указано в рецепте «Суп с вишней и домашней лапшой». Раскатать тонко, нарезать квадратиками 2х2 см, отварить, откинуть на сито, затем переложить в тарелки, залить приготовленным сиропом, добавить по 3–4 отваренных клубники.

Подавать такой суп можно и горячим, и холодным.

Суп из малины с ушками

1 стакан малины, 1 стакан сахара, 1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, 1,5 л воды.

Малину перебрать, промыть, часть положить в посуду, пересыпать сахарной пудрой и дать постоять 15–20 мин, из остальной части отжать сок, выжимки сложить в посуду, залить водой, добавить сахар, прокипятить 5–7 мин и процедить.

Подготовить нетвердое тесто, как для пельменей, раскатать тонко, нарезать квадраты 4х4 см, на каждый квадрат положить по 1 или 2 малины, свести два конца вместе и защипнуть края, а затем два рожка свести вместе и склеить их, придав форму ушка. Ушки отварить в кипятке, затем откинуть на сито или вынуть из воды шумовкой, переложить в тарелки, залить сиропом и подлить в каждую тарелку отжатый сок малины.

Подавать в теплом виде.

Суп из черники

200-300 г черники, сахар, 1–1,5 ст. ложки крахмала, 1 л воды.

Чернику положить в горячую воду с сахаром, сварить и добавить крахмал, довести еще раз до кипения.

К столу можно подавать в горячем или холодном виде. К черничному супу подходят гренки из белого хлеба или клецки, а также различные каши, сладкий творог и т. п.

Супы из разных ягод

Суп из свежих ягод со сливками

1,2 кг свежих ягод (любых), 3 стакана густых сливок, 4 желтка, 1–2 стакана сахара, гренки.

Ягоды протереть сквозь сито. Сливки, 200 г сахара, 4 желтка, немного ягодного пюре взбить, поставить на плиту, непрерывно помешивая, довести до кипения, но не кипятить. Смешать с остальным горячим пюре, разведенным кипяченой водой до нужного объема.

Подать с гренками.

Ягодный суп с манной крупой

300 г ягод (черники, черной смородины, малины), сахар или сироп, 1–2 ст. ложки манной крупы, 1 л воды.

Ягоды положить в небольшое количество горячей, подслащенной сахаром или сиропом воды, варить несколько минут, затем протереть через сито и размять. Долить в пюре необходимое количество воды, всыпать манную крупу и варить 5–7 мин, пока она не разбухнет.

К столу подать со сливками или сметаной.

Суп из варенья, джема или повидла

150 г варенья (джема, повидла), вода, 1 ст. ложка крахмала, лимонная кислота, сушеная лимонная или апельсиновая цедра.

Варенье положить в горячую воду, добавить приправы и в случае надобности сахар. Размешать и нагревать, пока варенье не растворится. Затем влить разведенный холодной водой крахмал, довести до кипения и добавить лимонную кислоту.

Подавать с кашами и запеканками.

Сладкие овощные супы

Суп из ревеня

300 г ревеня, 3–4 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала, лимонная или апельсиновая цедра, ванилин, 1 л воды.

Молодой ревень нарезать, старый предварительно очистить от кожуры и положить в горячую подслащенную воду. Кожуру можно сварить отдельно в небольшом количестве воды, затем смешать отвар с супом. В конце варки влить разведенный холодной водой крахмал и довести еще раз до кипения. Если используется сушеная цедра цитрусовых, то ее кладут в самом начале варки. Если суп получился слишком кислым, можно добавить кипяток и сахар.

К столу подать с рисовой или манной кашей, взбитыми сливками или положить в суп отдельно сваренные мучные или манные клецки.

Суп из ревеня, яблок, земляники

100 г свежего ревеня, 100 г яблок, 200 г земляники, 80 г сахара, 20 г крахмала, 900 мл воды.

Ревень очистить от кожицы, нарезать. Яблоки нарезать, удалить семена. Яблоки и ревень отварить в воде с сахаром. Часть подготовленной земляники, протереть через сито и положить в суп при заправке крахмалом, довести до кипения.

При подаче в тарелку добавить целые ягоды земляники, рассыпчатый рис, сметану или сливки.

Суп из ревеня с манными клецками

800 г ревеня, 2 ст. ложки крахмала, 150 г сахара, сливки или сметана (для заправки).

Для клецек: 2 ст. ложки манной крупы, 1 стакан воды или молока, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 яйцо, соль.

Черешки ревеня промыть, очистить (снять тонкую кожицу), нарезать небольшими кусочками, опустить в кипящую подслащенную воду и прокипятить не более 5 мин. В отвар влить разведенный холодной водой крахмал. Отвар довести до кипения и сразу же снять с огня.

Сварить густую манную кашу, добавить в нее соль, сахар, масло. Кашу охладить, после чего ввести в нее яйцо. Все тщательно взбить. Из полученной массы сформовать с помощью двух чайных ложек клецки, опустить их в кипящую воду и варить до тех пор, пока они не всплывут на поверхность. Готовые клецки вынуть шумовкой, положить в тарелки, залить супом из ревеня, суп заправить сливками или сметаной.

Сладкий морковный суп

500 г моркови, 80 г миндаля, 100 г изюма, ванильный сахар, 1/2 лимона, 3/4 л молока, сахар и соль по вкусу.

Очищенную морковь натереть, добавить толченый миндаль, изюм, ванильный сахар и немного лимонной цедры или корок. Залить кипящей водой и варить 8-10 мин. Добавить горячее молоко, лимонный сок, соль и сахар.

Морковно-ягодный суп

200 г моркови, 4 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала, гвоздика или апельсиновая цедра, 1 л разведенного сока.

Натертую на крупной терке морковь положить с сахаром и приправами в воду и варить до мягкости. Затем влить сок, добавить крахмал и еще раз довести до кипения.

Подавать с клецками или гренками из белого хлеба.

Сладкий томатный суп

300 г помидоров, 2 яйца, 200 г сухарей из пшеничного хлеба, 90 г сахара, 150 мл яблочного сока, 2 г лимонной цедры, 2 г корицы, 1,5 л воды.

Сварить в воде нарезанные помидоры и раскрошенные сухари из пшеничного хлеба, добавить корицу, цедру лимона и половину сахара, откинуть на дуршлаг, протереть, соединить с отваром и довести до кипения. Добавить яблочный сок и заправить суп яичными желтками. Белки с остальной частью сахара тщательно взбить и в виде крупных хлопьев опустить в горячий суп.

Сладкий томатный суп с вином

5 средних помидоров, 8 белых сухарей, 1 ч. ложка корицы, имбирь на кончике ножа, 1/2 ч. ложки натертой цедры лимона, 100 г сахара, 1/4 л белого вина, 1 яйцо.

Сварить в воде нарезанные помидоры и раскрошенные сухари, добавить пряности (корицу, имбирь, цедру) и часть сахара, откинуть на дуршлаг, протереть, соединить с отваром и довести до кипения. Добавить горячее, но не кипящее вино и заправить суп яичным желтком. Белок с остальным сахаром как следует взбить и ложкой в виде крупных хлопьев опустить в горячий суп.

Разные горячие сладкие супы

Суп миндальный с изюмом (старинный рецепт)

2 стакана сладкого миндаля, 1,4 стакана горького миндаля, 1 стакан изюма без косточек, 1/2 стакана риса, 100–150 г сахара, корица.

Сладкий и горький миндаль ошпарить кипятком, очистить, растолочь в ступке, смачивая водой. Влить 3 стакана кипяченой воды, размешать с миндальной массой и процедить сквозь салфетку, хорошо отжав. Миндальную массу снова положить в ступку, залить 3 стаканами воды, хорошо растереть, размешать и

снова процедить и отжать. Ту же операцию проделать в третий раз.

В полученное миндальное молоко всыпать 1/2 стакана сахара. Взбить 3 желтка с 1/2 стакана молока, процедить и тоже влить в суп. Подогреть суп до кипения (но не кипятить), вылить в миску на готовый рассыпчатый рис, сваренный с корицей, сахаром и изюмом.

Суп миндальный с гренками (Испания)

70 г очищенного миндаля, 3 стакана воды, 1 ст. ложка пшеничной муки, сахар и корица по вкусу, 70 г сливочного масла, 200 г белого хлеба.

Миндаль ошпарить кипятком, снять с него тонкую кожицу, измельчить в ступке, добавить воду, сахар и корицу по вкусу, муку. Хорошо перемешать и протереть через сито. Хлеб нарезать на кусочки, обжарить в сливочном масле, положить в кастрюлю и залить миндальной водой. Поставить в духовку на 15 мин и подать.

Суп винный

1/2 л белого вина, 1,5 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1/2 л воды, 75 г сахара, 1/2 лимона, 1 яичный желток.

Муку поджарить в разогретом масле до ярко-желтого оттенка, постоянно помешивая, залить водой, варить 10 мин. Добавить 50 г сахара, мелко протертую лимонную цедру и варить еще 3 мин. Затем суп заправить вином, взбитым с желтком, и, помешивая, довести почти до кипения, но не кипятить. Готовый суп подсластить оставшимся сахаром и влить сок половинки лимона.

Суп шоколадный

40 г какао, 50 г сахара, 1 л молока, 2 ст. ложки крахмала.

Три четверти молока вскипятить с сахаром. В оставшемся молоке развести какао и крахмал, влить в кипящее молоко и

вскипятить. При желании можно заправить измельченным миндалем.

Суп карамельный

150 г сахара, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 125 мл воды, 1,25 л молока, 1 кусочек корицы, 1/2 ч. ложки тертой цедры лимона, 2–3 яйца, соль.

В масле слегка поджарить 100 г сахара, добавить чуть-чуть соли, горячей воды и проварить. Сваренное с оставшимся сахаром и пряностями молоко процедить через жженый сахар и вновь довести до кипения. Снятый с огня суп украсить крутым яйцом.

Суп хлебный медовый

300 г сухарей из черного хлеба, 1,5 л воды, 3/4 стакана меда, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 стакана крепкого домашнего сладкого кваса с изюмом и тмином, 1/2 стакана взбитых сливок.

Сухари замочить в воде на несколько часов, затем варить до полного разваривания, то есть до получения студеобразной массы; прибавить мед, квас и в самом конце варки — сливочное масло. Подавать, полив взбитыми сливками.

ХОЛОДНЫЕ СЛАДКИЕ СУПЫ

Фруктовые холодные супы

Холодный суп из абрикосов (Германия)

15-20 абрикосов, 1 л красного вина, 100 г белого хлеба, 50 г сливочного масла, немного корицы, сахар по вкусу.

Из абрикосов вынуть косточки, хорошо уварить мякоть и протереть через сито. Хорошее красное вино размешать с протертой мякотью абрикосов. Вылить в супницу, добавить несколько жаренных на сливочном масле кусочков хлеба и

немного корицы, сахар положить по вкусу.

Холодный суп из абрикосов и яблок

500 г свежих абрикосов, 500 г яблок, 3 ст. ложки сахара, 2 ч. ложки картофельной муки.

Зрелые абрикосы промыть, освободить от косточек и сварить с 2 стаканами воды до мягкости, затем протереть через сито или решето. В полученное пюре добавить 3 стакана горячей воды, сахар и яблоки, очищенные и нарезанные дольками или соломкой, и поставить в кастрюле на огонь. Как только суп закипит, влить разведенную картофельную муку и при непрерывном помешивании довести снова до кипения. Для вкуса можно добавить немного лимонной кислоты.

Суп подать охлажденным. К супу можно подать сметану. Свежие абрикосы можно заменить курагой.

Холодный суп из свежих яблок или груш

500 г яблок, 125 г риса, 50 г крахмала, 200 г сахара, 100 г сливок или сметаны, 3 г корицы, 1,75-2,5 л воды.

В кипящую подсоленную воду опустить перебранный и промытый рис, сварить его, откинуть на сито и промыть холодной кипяченой водой. Яблоки очистить от семян, нарезать кусочками, залить водой, добавить корицу и варить до готовности. Затем протереть их через решето, в пюре положить сахар, влить примерно 1,5 стакана воды, прокипятить 2–3 мин, ввести разведенный холодной водой крахмал и снова все прокипятить. Если суп получился недостаточно кислым, добавить в него по вкусу лимонную кислоту.

При подаче к столу в тарелку положить сваренный рис, налить охлажденный суп и положить сливки или сметану. Яблоки для супа можно не протирать, а очистить их от кожицы и сердцевины, нарезать дольками или кубиками и сварить.

Так же приготовляется суп из груш.

Холодный яблочный суп с лимоном

400 г яблок, 60 г лимона, 30 г пшеничной муки, 20 г лимонной кислоты, 5 бутонов гвоздики, 80 мл сухого

белого вина, 60 г сахара, 50 г сметаны, соль, 600 мл воды, 400 мл молока.

Яблоки очистить и нашинковать. Добавить измельченный лимон, залить кипятком, варить до размягчения, пропустить через мясорубку, развести смесью молока и муки и довести до кипения. Добавить лимонную кислоту, гвоздику, вино, заправить солью, сахарным песком, сметаной и охладить.

Подавать холодным.

Холодный суп из яблок с белым вином

200 г яблок, 1 лимон, 200 мл молока, 1 ст. ложка муки, 1 ч. ложка лимонной кислоты, 2 гвоздики, 40 мл белого вина, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка сметаны, соль.

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины и нашинковать. Добавить мелко нарезанный лимон, залить кипятком и варить до размягчения. Протереть, развести смесью молока и муки и вскипятить. Добавить лимонную кислоту, гвоздику, вино, соль, сахар, сметану.

Подать суп холодным.

Холодный яблочный суп на отваре шиповника

2 яблока, 1 ст. ложка сушеного шиповника, 1 ст. ложка сахарного песка, 0,1 г корицы, 50 г белого хлеба, 1/2 л воды.

Шиповник залить кипятком, закрыть кастрюлю крышкой и кипятить 5 мин, после чего настаивать 3–5 часов, затем процедить, добавить сахар и корицу, вскипятить, добавить мелко нарезанные или натертые яблоки и охладить. Нарезать хлеб мелкими кубиками, подсушить в духовке и подать к супу.,

Холодный суп из шиповника — масрамацун (Армения)

250 г свежего или 80 г сушеного шиповника, 25 г сахара.

Свежий шиповник перебрать, отделить поврежденные плоды,

после чего тщательно промыть. Подготовленный шиповник отварить и протереть через сито, чтобы удалить семена, кожицу и ворс. Протертую массу развести стаканом отвара, влить в кастрюлю с отваром. Добавить сахар и, помешивая, нагреть на небольшом огне до кипения. После этого удалить пену, снять посуду с огня и охладить.

Для приготовления масрамацуна из сушеного шиповника его надо перебрать, тщательно промыть, залить кипятком и оставить на 10–12 часов для набухания и настаивания. Подготовленные плоды протереть через сито. Протертую массу соединить с водой, в которой замачивался шиповник, добавить сахар, довести до кипения, снять пену и охладить.

Овощной суп на яблочном отваре

1/2 кг яблок, 4 вареные картофелины, по 200 г свежих огурцов и редиса, зеленый салат, 2 сваренных вкрутую яйца, укроп, зелень петрушки, сахар, тертая лимонная цедра, соль, 1 л воды.

Яблоки нарезать вместе с кожурой и опустить в кипящую воду (1л). Варить несколько минут, затем оставить стоять под крышкой на 1–2 часа. Отвар процедить, использовать для приготовления супа.

Картофель и огурцы нарезать соломкой или кубиками. Зеленый лук, укроп и зелень петрушки изрубить. Зеленый салат измельчить руками. Желтки растереть с солью, сахаром, лимонной цедрой и сметаной, добавляя постепенно яблочный отвар и нарезанные овощи, рубленый белок, а при желании также измельченные вареные яблоки. Суп посолить, добавить немного сахара.

Подавать к столу в охлажденном виде.

Суп из яблок и клюквы

500 г яблок, 300 г клюквы, 1 стакан сахара, 1 ст. ложка картофельной муки.

Клюкву перебрать, промыть, размять в кастрюле, залить 5 стаканами кипятка, перемешать и накрыть крышкой, а через 10–15 мин процедить через марлю. Затем кастрюлю с соком поставить на огонь, добавить сахар, яблоки, очищенные от кожицы и сердцевины и нарезанные ломтиками или соломкой.

Когда закипит, всыпать картофельную муку (как это делается для приготовления киселя).

Суп подавать охлажденным. Можно положить в суп сметану.

Суп из персиков и смородины

300 г смородины (черной или красной), 500 г персиков, 1 стакан сахара, 1 ст. ложка картофельной муки.

Приготовляют этот суп так же, как суп из яблок и клюквы (см. предыдущий рецепт). Из персиков, прежде чем их нарезать на дольки, удалить косточки.

Суп из чернослива

300 г чернослива, 2/3 стакана сахара, 1 стакан белого вина или фруктового сока, 1 ст. ложка крахмала, корица, гвоздика.

Чернослив промыть, залить холодной кипяченой водой, оставить набухать. Набухший чернослив положить в воду, добавив пряности и варить, пока не разварится, затем протереть через сито. В полученную массу добавить сахар, ядра сливовых косточек, влить вино или фруктовый сок, ввести разведенный крахмал и все довести до кипения.

Суп подавать охлажденным.

Холодный суп из кураги с рисом

200 г кураги, 2 ст. ложки риса, 3 ст. ложки сахара, 1/2 стакана сливок, 4 стакана воды.

Курагу перебрать, промыть, нашинковать, добавить сахар, залить кипятком, накрыть крышкой и настаивать 2–3 часа, после чего добавить вареный рис и сливки.

Подать к столу холодным.

Холодный суп из сушеных фруктов с макаронами

200 г смеси сухофруктов, 1/2 стакана сахара,

корица, гвоздика, 100 г макарон, 1/2 стакана сметаны.

Сухофрукты промыть, положить в кастрюлю и залить 3 л холодной воды на 2–3 часа. Затем положить в кастрюлю сахар, корицу, гвоздику, накрыть крышкой и варить фрукты на сильном огне 10 мин, после этого поставить их на горячее место плиты. Когда фрукты станут мягкими, снять и охладить. Одновременно 100 г макарон сварить в подсоленной воде до мягкости; промыв макароны кипяченой водой, положить их в супник, добавить 1/2 стакана сметаны, размешать и залить фруктовым отваром.

Холодный суп из ревеня

300 г ревеня, 1 л воды, 4 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала, сметана.

Ревень промыть, нарезать кусочками, залить кипятком и варить до готовности. Затем ревень вместе с отваром протереть, добавить сахар и довести до кипения. Крахмал развести холодной кипяченой водой и заварить им суп.

Подать охлажденным со сметаной.

Хлебный суп на фруктовом отваре

6 крупных ломтиков черного ржаного хлеба, 100 г сухих фруктов (изюма, чернослива, кураги) или 6–8 свежих яблок, 8 ст. ложек сахара, 3/4 стакана сливок или сметаны, корица, сок лимона или лимонная кислота.

Хлеб хорошо просушить, залить кипятком, закрыть крышкой и оставить для набухания. Размокший хлеб протереть через дуршлаг. Сухие фрукты или очищенные от кожицы яблоки отварить. Во фруктовый отвар добавить сахар, отвар охладить и влить в протертый хлеб. Суп тщательно перемешать, заправить соком лимона или лимонной кислотой (на кончике ножа), корицей и сливками или сметаной.

Хлебный суп по-латышски

300 г несоленого ржаного хлеба, 60 г изюма или сухофруктов, 120 г сахара, 0,04 г корицы, 60 г сливок, 30 г клюквы, 90 г яблок.

Поджаренные ржаные сухари залить кипятком и, когда они набухнут, протереть через сито вместе с настоем. После этого добавить изюм, сахар, корицу и яблоки, нарезанные ломтиками, протертую клюкву и кипятить 5-10 мин. Суп охладить и подать со взбитыми сливками.

Ягодные холодные супы

Холодный суп из черники с клецками

250 г черники, 60 г сахара, 6 г цедры лимона, 45 г картофельного крахмала, 60 г пшеничной муки для клецек, 40 мл молока, 1 яйцо, 1 л воды.

В кипящую воду положить сахарный песок, лимонную цедру, подготовленную чернику, варить до готовности. В небольшом количестве воды развести картофельный крахмал, тонкой струйкой влить в суп, довести до кипения, охладить.

Подать с клецками, сваренными отдельно.

Суп из смородины или клюквы с манной кашей

300 г смородины или 200 г клюквы, 2 ст. ложки манной крупы, 1 стакан молока, 1/2 стакана сахара.

Ягоды перебрать, очистить от веточек, размять деревянной ложкой, развести 4–5 стаканами воды, положить сахар, вскипятить, процедить и охладить.

Манную кашу, приготовленную на молоке, выложить на смоченную водой тарелку и охладить, после чего нарезать ее кусочками правильной формы (квадратики, ромбики), разложить по тарелкам и залить приготовленным ягодным отваром.

Холодный суп из малины

2 стакана малины, 1 стакан сахара, 1,5 ст. ложки крахмала, щепотка корицы, 1/2 стакана вина, лимонная кислота по вкусу, 1,5 л воды.

Малину перебрать, удалить плодоножки, опустить на 5–7 мин в подсоленную или подкисленную воду. Затем хорошо промыть под проточной водой, положить в посуду, залить водой, добавить

сахар, лимонную кислоту (для сохранения цвета) и проварить 10–15 мин на медленном огне. В конце варки добавить корицу или ароматическую фруктовую эссенцию. Крахмал развести красным вином, влить в кипящий суп и, размешивая, чтобы не образовалось комков, довести до кипения, снять с плиты.

Подавать к столу в холодном виде.

Такие супы можно приготовить из клубники, черники, винограда и других ягод или фруктов.

Холодный суп с вишней или малиной и рисом

1/2 стакана вишни или малины, 1/2 стакана риса, корочка лимона, 1/2 стакана вина, 1,5 ст. ложки крахмала, 1 апельсин, щепотка лимонной кислоты, 1 ст. ложка уксуса, 1 стакан сахара, 1,5 л воды.

Рис перебрать., хорошо промыть в теплой воде и сварить в большом количестве воды до полной готовности. За 5 мин до конца варки влить 1 ложку столового уксуса (рис при этом приобретает белый цвет). Затем рис процедить через сито и промыть водой.

В кастрюлю влить горячую воду, положить лимонную корочку, вишню или малину, сахар, лимонную кислоту, сварить сироп и процедить. В кипящий сироп опустить промытый рис, довести до кипения, залить крахмалом, разведенным красным вином. Помешивая, дать вскипеть, сдвинуть с огня и охладить.

При подаче суп налить в тарелки, сверху положить по 1–2 ломтика апельсина без кожуры.

Холодный суп из крыжовника

200 г крыжовника, 3–4 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала, сушеная лимонная или апельсиновая цедра, ванилин, 1 л воды.

У ягод крыжовника удалить с двух сторон сухие стебельки и цветоножки, выложить в сито, сполоснуть. Положить ягоды в кипящую сладкую воду и варить до мягкости, но следить, чтобы они не разварились. Влить разведенный холодной водой крахмал и, помешивая деревянной ложкой, довести до кипения. Можно добавить ванилин.

Суп из крыжовника хорош с кашами и пудингами, бисквитным рулетом. Кусочек бисквита положить в тарелку,

залить охлажденным супом.

Холодный суп из крыжовника с молоком или сметаной

1 кг крыжовника, 1/2 стакана молока или сметаны, лимонная цедра, 1 ст. ложка пшеничной муки, сахар, 1/2 л воды.

Не совсем зрелый крыжовник проварить в воде, протереть через сито, посолить, добавить по вкусу сахар, лимонную цедру. Опять поставить на плиту, подсыпать муку и развести молоком или сметаной и прокипятить.

Перед подачей к столу поставить на лед или в холодное место.

Холодный суп из клубники с творогом

400 г свежей клубники, 2 ст. ложки меда, 100 г творога, 3 бутона гвоздики, 1 л кефира, 1 л воды.

В кастрюлю налить 1 стакан горячей воды, добавить гвоздику, довести до кипения, плотно закрыть посуду крышкой и дать отвару настояться в течение 10–15 мин. Охлажденный отвар процедить и соединить с протертым через сито творогом. Клубнику залить смесью кефира и холодной кипяченой воды, добавить мед и протертый творог с отваром гвоздики.

Сладкие супы на простокваше

Сладкие супы можно приготовить из простокваши или кефира с добавлением варенья, ягод, фруктов, печенья, орехов и т. п.

Готовить их просто. Ниже приведены 3 варианта таких супов.

Вариант 1: 1 л простокваши, 5 ст. ложек варенья, 5 шт. подрумяненного печенья.

Вариант 2: 1 л простокваши, 1 стакан клубники, земляники, малины или вишни без косточек, сахар по вкусу.

Вариант 3: 1 л простокваши, 2 разнятых на дольки

апельсина, 2 ст. ложки промытого и замоченного в горячей воде изюма. Сверху посыпать 2 ст. ложками рубленых орехов или подрумяненных в масле овсяных хлопьев.

СЛАДКИЕ СУПЫ-ПЮРЕ

Фруктовые супы-пюре

Супы-пюре из свежих фруктов

Суп-пюре из абрикосов или персиков

400 г абрикосов или персиков, 1/2 стакана сахара, 1 ст. ложка картофельной муки, 1/2 стакана риса, 4 ст. ложки сметаны.

Спелые абрикосы или персики обмыть и, залив 6 стаканами воды, сварить, после чего протереть вместе с отваром. Вместо свежих фруктов можно брать готовое консервированное абрикосовое или персиковое пюре.

В подготовленное пюре прибавить сахар, нагреть до кипения и влить картофельную муку, предварительно разведенную в 1/2 стакана холодной воды, дать закипеть, снять с огня и охладить.

В охлажденное фруктовое пюре положить отварной рис, сметану или сливки.

Суп-пюре из свежих персиков, абрикосов, слив и черешни

500 г фруктов и ягод, 30 г картофельного крахмала, 100 г сахара, 60 г сливок или сметаны.

Фрукты и ягоды вымыть, удалить из них косточки, крупные разрезать пополам. Плоды залить горячей водой так, чтобы она чуть покрывала их, и варить до размягчения. Готовые плоды протереть вместе с отваром через сито, а отходы залить водой и кипятить еще 5–8 мин. В пюре положить сахар, влить отвар от отходов и 1–1,5 л воды, поставить на огонь и, когда оно закипит, ввести разведенный холодной водой картофельный крахмал. Суп

прокипятить. После того как он станет прозрачным, снять с огня и быстро охладить.

При подаче к столу в суп положить сметану или сливки. По желанию в него можно добавить отварные рис, саго или мелко нарезанные макароны, лапшу (25 г на порцию).

Фрукты можно не протирать, а нарезать мелкими кусочками.

Суп-пюре из яблок и слив с рисом

400 г яблок, 200 г слив (свежих, мороженых или консервированных), 60 г сахара, 50 г сливочного масла, 200 г пшеничного хлеба, 150 г риса, 1,2 л воды.

Рис сварить до готовности. Свежие яблоки нарезать, сложить в кастрюлю, добавить сахар, сливы, залить водой и варить на слабом огне, периодически помешивая, до тех пор, пока яблоки не станут мягкими. Все сваренные продукты вместе с отваром в горячем виде протереть через сито, довести до кипения и проварить 3–5 мин. Суп заправить по вкусу сахаром, солью, маслом. Отдельно подать гренки.

Суп-пюре из яблок

500 г яблок, 200 г булки, 1/2 стакана сахара, 2 ст. ложки отварного риса, лимонная цедра или корица.

Яблоки, лучше всего антоновские, промыть, нарезать на части, удалить семена, положить в кастрюлю, добавить нарезанный белый хлеб (без корок); можно также положить срезанную с лимона цедру или несколько кусочков корицы. После этого залить все 4 стаканами горячей воды, накрыть крышкой и варить, пока яблоки не разварятся. Затем снять кастрюлю с огня, вынуть цедру или кусочки корицы, а все остальное протереть через сито. Полученное пюре положить в кастрюлю, добавить сахар, развести горячей водой до нормальной густоты супа-пюре и прокипятить.

При подаче к столу положить в тарелки по столовой ложке отваренного отдельно риса. К супу можно подать сметану.

Хлебный суп-пюре с яблоками

3 ломтика ржаного хлеба, 3–4 кислых яблока (или 10–12 сушеных слив), 1 горсть изюма, черный перец, соль.

Нарезать кубиками 3 ломтика черствого ржаного хлеба (если хлеб недостаточно черствый, то его можно поджарить в духовке), положить в кастрюлю, залить кипятком (4–5 стаканов), накрыть крышкой, дать настояться и процедить. Замоченный хлеб протереть через сито.

Сварить кислые яблоки, нарезав их кусочками (или сушеные сливы), и пригоршню изюма. Отвар процедить и развести им хлебное пюре до необходимой густоты. Посолить суп по вкусу, заправить черным перцем и подать холодным.

Сладкий суп-пюре из тыквы

750 г тыквы, лимонная корка, 1/2 л молока, 50 г корицы, сахар, соль.

Нарезанную на куски тыкву положить в кипящую воду, добавить лимонную корку и соль. Сварить, протереть, перемешать с горячим молоком, добавить корицу с сахаром и довести до кипения.

Супы-пюре из сушеных фруктов

Суп-пюре из разных сухофруктов

100 г сухофруктов, 3 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала, лимонная кислота или кислый сок, 1 л воды.

Сухофрукты тщательно промыть, положить в холодную воду и поставить вариться. Из готовых сухофруктов приготовить пюре, протерев их через сито или с помощью электромиксера. Пюре положить в кастрюлю, добавить сахар, воду, довести до кипения, влить разведенный холодной водой крахмал и еще раз довести до кипения.

Подавать в холодном или горячем виде.

Суп-пюре из кураги

300 г кураги, 100–150 г сахара, 50 г картофельного крахмала, 100 г сливок или сметаны, 2,5–3 г корицы, 1,75-2,5 л воды.

Курагу перебрать и положить на 5–8 мин в холодную воду. Затем ее тщательно вымыть, залить холодной водой и варить под крышкой до размягчения. Готовую курагу протереть через сито вместе с отваром, добавить сахар, корицу (кусочками), воду и поставить на огонь. В кипящую массу влить разведенный холодной водой картофельный крахмал, быстро веки пялить ее и охладить.

При подаче к столу в суп положить сметану или сливки.

Корица в порошке кладется в уже проваренный с крахмалом суп.

Суп-пюре из сушеных слив с ревенем

Отварить сушеные сливы и мелко нарезанный ревень. Вынуть из отвара, протереть, положить пюре в отвар, заправить суп сахаром, лимонной цедрой и картофельным крахмалом.

Ягодные супы-пюре

Суп-пюре из вишни

400 г вишни, 3 ст. ложки сахара, лимонная или апельсиновая цедра, гвоздика, корица, 1–2 ст. ложки крахмала, 1 л воды.

Вишню вымыть, удалить косточки, размять и пропустить через сито. Часть самых красивых ягод можно оставить.

Вскипятить воду с сахаром и приправами, добавив туда несколько расколотых вишневых косточек. Приправы вынуть шумовкой, влить разведенный холодной водой крахмал, довести

до кипения и снять кастрюлю с огня. Смешать отвар с вишневым пюре и цельными ягодами.

Подавать в горячем или охлажденном виде с гренками из белого хлеба, клецками, рассыпчатым рисом или сливками.

Суп-пюре из вишни или малины с варениками

500 г вишни или малины, 30 г картофельного крахмала, 150–200 г сахара, 10 г сливочного масла, 1–1,5 л воды.

Для теста: 1–1,5 ст. ложки воды, 75 г пшеничной муки, 1 яйцо, соль по вкусу.

Вишню перебрать, вымыть и удалить из нее косточки. Лучшие ягоды отобрать для начинки вареников и пересыпать их сахаром. Приготовить пресное тесто, как для пельменей, тонко (1,5–2 мм) раскатать его, положить на него на некотором расстоянии друг от друга по 1–2 ягоды с сахаром, накрыть их краем теста, выдавить воздух и вырезать выемкой (или рюмкой) маленькие вареники. Оставшиеся ягоды размять, залить 1,5 л воды и варить 10–15 мин. Отвар процедить, протереть через сито, положить в него сахар и вскипятить.

Перед подачей блюда к столу в кипящий сироп заложить приготовленные вареники и варить их при слабом кипении 3–5 мин, затем осторожно влить картофельный крахмал, разведенный холодной водой. Суп прокипятить и, когда он станет прозрачным, снять с огня.

Подавать суп горячим или холодным со сметаной или сливками.

Так же приготовляется суп из малины.

Суп-пюре из черной смородины

300 г черной смородины, 4 ст. ложки сахара, апельсиновая или лимонная цедра, 1 ст. ложка крахмала, 1 л воды.

Очищенные и промытые на сите ягоды растолочь, положить с сахаром и приправами в кипящую воду, варить на медленном огне несколько минут. Затем добавить разведенный холодной

водой крахмал и еще раз довести до кипения.

Подавать в холодном или горячем виде с клецками, пудингом из манной крупы или риса и т. п.

Суп-пюре из свежих ягод

500 г ягод, 1/2 стакана сахара, 150 г ванильных сухарей, 1/2 стакана сметаны.

Свежие ягоды (клубнику, землянику, малину) перебрать, промыть, откинуть на сито и протереть. В кипящую воду (2 стакана) положить сахар, размешать и процедить. Сироп охладить и смешать с ягодным пюре. К готовому холодному супу подать сметану и ванильные сухари.

Суп-пюре из свежих ягод и яблок

100 г ягод, 60 г яблок, 100 г вишни или черешни, 100 г сливы, 800 мл воды.

Яблоки вымыть, очистить, удалить семена, нарезать дольками. Ягоды перебрать, вымыть, удалить плодоножки. У вишни, черешни, сливы вынуть косточки. Лучшие ягоды оставить целыми. Из мятых ягод малины, земляники, черники, черной смородины отжать сок. Оставшуюся мезгу залить холодной водой, варить 15 мин, процедить. В полученный отвар положить подготовленные яблоки, заварить крахмал (крахмал развести холодной водой и влить в отвар). Добавить ягодный сок, охладить. Целые ягоды положить в тарелку, полить сливками.

К супу-пюре подать бисквит.

Суп-пюре из черники

500 г свежей или 240 г сушеной черники, 120 г сахара, 40 г картофельного крахмала, 80 г сметаны или сливок, 1,5–1,75 л воды.

Свежую чернику перебрать, вымыть, залить небольшим количеством горячей воды, размять и протереть через сито.

Отходы залить водой и прокипятить 10–15 мин. В пюре положить сахар, влить отвар от отходов, 1–1,5 л кипящей воды и варить 5–8 мин, затем ввести разведенный холодной водой картофельный крахмал. Суп прокипятить и быстро охладить.

При подаче к столу положить в суп сметану или сливки.

Если черника крупная и сочная, отжать из нее сок, из отжимок сварить суп и влить в него сок.

При изготовлении супа из сушеной черники последнюю необходимо промыть, залить холодной водой и варить 25–30 мин. После этого протереть ее вместе с отваром.

Подавать со сметаной или сливками.

Так же можно приготовить суп-пюре из кураги и других плодов или ягод.

Литература

1. Барсукова Е. Ф. Русская кухня. — Л.: Лениздат.- 1989.

2. Гришин П. Д. Приготовление пищи. — Л.: Лениздат.- 1959.

3. Кулинария. — М.: Госторгиздат.- 1955.

4. Кулинарные рецепты из книги о вкусной и здоровой пище. — М.: «Пищевая пром-сть».- 1964.

5. Лебович Ц., Майзель Е. Еврейская кухня. — Рига: «ИнфА».- 1989.

6. Лемкуль Л. М. Праздничный стол.- 2-е изд. — М.: «Пищевая пром-сть».- 1974.

7. Ляховская Л. П. Кулинарные секреты.- 3-е изд., перераб. и доп. — Л.: Лениздат.- 1989.

8. Массо С., Рельве О. Поваренная книга: Супы и тушеные овощи; мясные и грибные блюда. — Таллинн: «Валгус».-1989.

9. Похлебкин В. В. Национальные кухни наших народов. — М.: Центрполиграф.- 1996.

10. Супы. — Харьков: Фолио.- 1997.

11. Чолчева П. И. Калайджиева Ц. С. Современная домашняя кухня: 2000 болгарских и иностранных рецептов./ Пер. с болг. — София: «Техника».- 1976.

12. Чортан Е., Николау К. Поваренная книга: Румынская кухня./ Пер. с рум. — Бухарест: «Меридиан».- 1967.

notes

Примечания

1

Тамаринд - высушенная коричневая мякоть (иногда с темными, блестящими семенами) больших, широких стручков тропического дерева. Очень кислая приправа.

Для употребления выньте семена и разломите или мелко нарежьте мякоть. Кипятите кусочки мякоти в течение 10 мин в небольшом объеме воды, пока они не размягчатся и не распадутся (250 мл воды на 225 г тамаринда). Затем с помощью сита выжмите из мякоти как можно больше жидкости. Оставшуюся мякоть выбросьте, а жидкость используйте в качестве приправы.

Если тамаринда нет, можно имитировать его вкус, смешав сок лимона и коричневый сахар.